انتشارات نسل نو اندیش

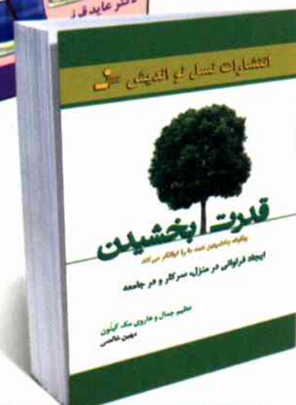
# هنر عشق ورزیدن

اریک فروم
ابوذر کرمی


انتشارات نسل نو اندیش
قدردانی
شیوه‌ای برای زندگی


انتشارات نسل نو اندیش
احساس خوب
با هم بودن

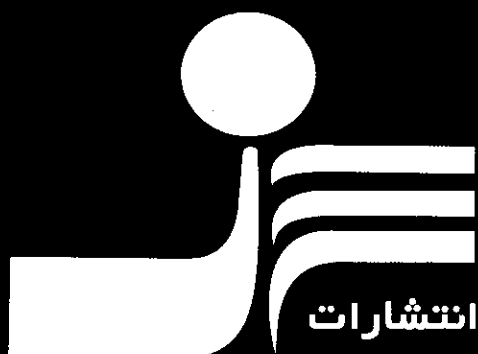

غمگین
مباش


انتشارات نسل نو اندیش
قدرت بخشیدن
ایجاد فراوانی در منزل، سرکار و در جامعه
مهین خالصی

به نام خداوند جان و خرد

علم و دانش برای انسان جمالی است که از هیچ‌کس پوشیده نیست. نسبی است که هرگز مورد جفا قـــرار نمی گیـرد.

**مساله این نیست که خرید چـــقدر گرون تموم می‌شه. مسأله اینه که اگـــر نخونی چقدر برات گرون تموم می شه!**





# نسل نو اندیش

www.naslenowandish.com

Tel: 88942247-9/88930577-8


هنر
عشق
ورزیدن
اریک فروم
ابوذر کرمی

## دوستان و همراهان
## به باشگاه خوانندگان خوش آمدید!

از شما صمیمانه دعوت می‌کنیم با عضویت در باشگاه خوانندگان از مزایای زیر بهره‌مند شوید:

۱. ارسال پیامکی آخرین عناوین کتاب‌های به چاپ رسیده در انتشارات نسل‌نواندیش؛
۲. اعطای تخفیف ویژه به اعضا هر سه ماه یک‌بار؛
۳. برگزاری قرعه‌کشی بین اعضا و اعطای جوایز ویژه هر سه ماه یک‌بار؛
۴. اعطای تخفیف‌های ویژه به مناسبت‌های گوناگون؛
۵. درنظرگیری تخفیف‌های باورنکردنی و خیره‌کننده در نمایشگاه بین‌المللی کتاب فقط و فقط برای اعضا
۶. و ... ... گاهی غافلگیرتان می‌کنیم!

برای عضویت در این باشگاه، تنها کافیست عدد «۱» را به سامانه‌ی ۳۰۰۰۷۲۴۰۰ پیامک کنید و به جمع ما بپیوندید. گفتنی است تمامی پیامک‌های ارسالی از انتشارات نسل‌نواندیش، کاملا رایگان است.

«اگر شخصی ... رفتگر نامیده می‌شود، باید همان‌گونه خیابان‌ها و معابر را جارو کند که میکل‌آنژ نقاشی می‌کرد، بتهوون سمفونی می‌ساخت و شکسپیر شعر می‌سرود. او باید آن‌گونه خیابان‌ها را جارو کند که تمامی موجودات آسمانی و زمینی مکثی کنند و بگویند: اینجا رفتگری کار می‌کرد که کارش را خوب انجام می‌داد.»

مارتین لوترکینگ

همه‌ی عوامل دست‌اندرکار انتشارات نسل نواندیش، هر روز صبح، کار خود را با این آرزو شروع می‌کنند که مصداق این جمله‌ی زیبا باشند و در انجام وظایف خود نهایت توانشان را به‌کار می‌گیرند تا شما خواننده‌ی گرامی، لحظات گرانقدر خود را ـ با مطالعه‌ی این کتاب‌ها ـ سرشار از بهره‌مندی و لذت سازید.

با این همه، ما خود را از بهتر شدن کارمان بی‌نیاز نمی‌بینیم و نظرات‌تان را معیاری ارزشمند برای توجه و ارزیابی کارهای خود می‌دانیم؛ چرا که این آرا مایه‌ی بهتر شدن کارمان و درنتیجه رضایت بیشتر شما فرهیختگان خواهد بود.

برای این منظور می‌توانید با شماره تلفن‌های (۸-۸۸۹۳۰۵۷۷) و (۹-۸۸۹۴۲۲۴۷) یا صندوق پستی ۱۹۳۹۵/۶۹۳۱ و یا سایت www.naslenowandish.com و info@naslenowandish.com ما را از انتقادات و پیشنهادات خود بهره‌مند سازید.

با تشکر
بیژن علیپور
مدیر انتشارات نسل نواندیش

C

فروم، اریک، ۱۹۰۰-۱۹۸۰م. Fromm,Erich
هنر عشق ورزیدن/ نوشته‌ی اریک فروم ؛ ترجمه‌ی ابوذر کرمی ؛ ویراسته‌ی
علی ابوطالبی.
تهران : نسل نواندیش، ۱۳۹۲.
۱۶۰ص.
۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۵۱۱-۱
عنوان اصلی: The Art of Loving, 2006.
عشق
کرمی، ابوذر، ۱۳۵۷ -، مترجم/
ابوطالبی، علی، ۱۳۵۶ - ، ویراستار
BF۵۷۵/ع۵ف۴ ۱۳۹۲
۱۵۲/۴۱
۳۳۸۲۶۱۸

# هنر عشق ورزیدن

**نویسنده: اریک فروم**
مترجم: ابوذر کرمی
ویراستار: علی ابوطالبی
صفحه‌آرا: الهه ایمنی
طراح جلد: ندا ایمنی
**ناشر: نسل نواندیش**
شمارگان: ۲۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول
سال چاپ: ۱۳۹۳
قیمت: ۷۹۰۰ تومان
شابک: ۱-۵۱۱-۲۳۶-۹۶۴-۹۷۸
ISBN: 978-964-236-511-1


نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر ـ ابتدای کریمخان ـ پلاک ۳۰۸
تلفن: ۹ - ۸۸۹۴۲۲۴۷
www.naslenowandish.com
info@naslenowandish.com

# فهرست مطالب



# پیشگفتار

**خواندن** این کتاب برای کسی که انتظار رهنمودهای ساده در باب هنر عشق ورزیدن را دارد مایه‌ی ناامیدی خواهد بود. درعوض، این کتاب می‌خواهد نشان دهد عشق، احساسی نیست که فرد صرف نظر از این‌که چقدر به بلوغ رسیده است، به‌آسانی بتواند به هر اندازه که می‌خواهد از آن بهره‌مند شود. این کتاب می‌خواهد خواننده را متقاعد سازد که همه‌ی تلاش‌های وی برای رسیدن به عشق محکوم به شکست‌اند مگر این‌که او با تمام توان سعی کند کل شخصیت خود را رشد دهد تا به یک جهت‌گیری ثمربخش برسد؛ یعنی بدون توانایی در عشق ورزیدن به همسایه، بدون انسانیتِ راستین و جرأت و اعتقاد و انضباط نمی‌توان به رضایتمندی در عشق رسید. در فرهنگی که این خصوصیات در آن نادرند، دستیابی به توانایی عشق ورزیدن نیز دستاوردی نادر خواهد بود. هر کسی می‌تواند از خود بپرسد چند نفر را تابه‌حال دیده که به‌معنای واقعی عاشق بوده‌اند.

با وجود این، این‌که چنین کاری دشوار است نباید دلیلِ آن باشد که از تلاش برای شناخت مشکلات و شروط دستیابی به آن دست برداریم. به‌منظورِ دوری از دشواری‌های غیرضروری سعی کرده‌ام به زبانی که تا حد ممکن غیرفنی است به این مسأله بپردازم.

برای یک مسأله‌ی دیگر، راه‌حلی کاملاً رضایت‌بخش پیدا نکردم. منظورم تکرار ایده‌هایی است که در کتاب‌های قبلی‌ام بیان کرده بودم. خواننده‌ای که به‌ویژه با ***فرار از آزادی***، ***انسان برای خویشتن*** و ***جامعه‌ی سالم*** آشنا باشد بسیاری از ایده‌هایی را که در این آثار قبلی بیان شده، در این کتاب خواهد یافت. با وجود این، ***هنر عشق ورزیدن*** به‌هیچ‌وجه تکرار مکرّرات نیست، بلکه حاوی ایده‌های فراوانی فراتر از آن‌هایی است که پیش‌تر بیان شده بودند و کاملاً طبیعی است که ایده‌های قدیمی‌تر گاهی چشم‌اندازی تازه پیدا می‌کنند چون همه‌ی آن‌ها حولِ موضوعِ هنرِ عشق ورزیدن می‌چرخند.

ـ اریک فروم



«کسی که هیچ نمی‌داند، به هیچ‌چیز عشق نمی‌ورزد. کسی که نمی‌تواند هیچ کاری بکند، هیچ نمی‌فهمد. کسی که هیچ نمی‌فهمد، بی‌ارزش است. اما او که می‌فهمد، عشق هم می‌ورزد، توجه هم می‌کند، می‌بیند... هرچه دانش بیشتری در چیزی ذاتی باشد، عشق، عظیم‌تر می‌شود... هر که تصور می‌کند همه‌ی میوه‌ها همان زمانی می‌رسند که توت‌فرنگی می‌رسد، از انگور هیچ نمی‌داند.»

ـ پاراسلسوس[1]

---

۱. Paracelsus (۱۴۹۴-۱۵۴۱)؛ پزشک، شیمیدان و کیمیاگر سوئیسی. ـ م.

# فصل اول

# آیا عشق‌ورزی، یک هنر است؟

آیا عشق*ورزی*، هنر است؟ اگر چنین است به شناخت و تلاش نیاز دارد. یا آیا عشق، یک احساسِ دلپذیر است که تجربه کردنِ آن به بخت و اقبال بستگی دارد، چیزی است که اگر کسی خوش‌اقبال باشد در آن «گرفتار می‌شود»؟ این کتاب کوچک بر اساسِ فرضِ نخست است، درحالی‌که بی‌تردید امروزه اکثر مردم به فرض دوم باور دارند.

چنین نیست که مردم گمان کنند عشق مهم نیست. تشنه‌ی آن هستند؛ فیلم‌های فراوانی را که درباره‌ی داستان‌های عاشقانه‌ی شاد و غمگین هستند تماشا می‌کنند؛ به صدها ترانه‌ی آشغال که در مورد عشق هستند گوش می‌کنند؛ با وجود این به‌ندرت کسی در این‌باره فکر می‌کند که عشق چیزی است که باید از آن آگاهی و شناخت پیدا کرد.

این نگرشِ خاص بر اساس چند فرضی است که به‌صورت جداگانه یا ترکیبی می‌خواهند آن را تأیید کنند. خیلی‌ها مسأله‌ی

عشق را عمدتاً این مسأله می‌دانند که کسی *به آن‌ها* عشق بورزد نه این‌که آن‌ها به کسی *عشق بورزند* و ظرفیتِ عشق ورزیدن را داشته باشند. درنتیجه، مسأله‌ی آن‌ها این است که دیگران چگونه به آن‌ها عشق بورزند و چگونه قابل عشق ورزیدن باشند. این عده در پی این هدف، چند مسیر را دنبال می‌کنند. یک مسیر که به‌ویژه مردان آن را در پیش می‌گیرند این است که توفیقاتی کسب کنند و تا جایی که موفقیت اجتماعی‌شان اجازه می‌دهد قدرتمند و ثروتمند باشند. مسیر دیگری که به‌ویژه زن‌ها در پیش می‌گیرند این است که به اندام، لباس و ظاهر خود می‌رسند و با این کار، خود را جذاب می‌کنند. دیگر روش‌های جذب کردن، چه برای مردان و چه برای زنان، عبارت‌اند از: مبادی آداب بودن، گفتگوهای جذاب، کمک به دیگران، فروتنی و بی‌آزاری. بسیاری از روش‌هایی که فرد برای این‌که خود را قابل عشق ورزیدن کند در پیش می‌گیرد مثل آهن‌ربایی است که فرد برای موفق کردن خود، برای «دوست‌یابی و تحت تأثیر قرار دادن دیگران» به کار می‌برد. معنایی که خیلی‌ها در فرهنگ ما از قابلِ عشق‌ورزیدن بودن برداشت می‌کنند اساساً آمیزه‌ای است از مشهور بودن و جاذبه‌ی جنسی داشتن.

فرض دوم در پشت این نگرش که عشق چیزی ندارد که بتوان از آن آگاه شد، این فرضیه است که مسأله‌ی عشق، مسأله‌ی یک شیء است نه مسأله‌ی یک *قوه‌ی ذهنی*. مردم گمان می‌کنند عشق *ورزیدن*، ساده است اما یافتنِ معشوقِ درست ـ یا معشوق شدن ـ دشوار است.

این نگرش، چند دلیل دارد که در روندِ توسعه‌ی جامعه‌ی امروزی ریشه دارند. یک دلیلِ آن، تغییر عظیمی است که در قرن بیستم در حوزه‌ی انتخاب «معشوق» صورت گرفته است. در عصر ویکتوریا، مثل بسیاری از فرهنگ‌های سنتی، عشق در وهله‌ی نخست، تجربه‌ی فردیِ خودجوشی نبود که چه‌بسا بعدها به ازدواج منجر شود. در مقابل، ازدواج به‌وسیله‌ی قرارداد منعقد می‌شد ـ یا با توافق خانواده‌های دو طرف، یا به دست یک واسطه‌ی ازدواج، یا بدون کمک چنین رابطهایی. ازدواج بر اساس ملاحظات اجتماعی منعقد می‌شد و تلقی بر این بود که همین که پیمان ازدواج بسته شود، عشق رشد می‌کند. در چند نسل گذشته، مفهوم عشق رمانتیک در دنیای غرب تقریباً همه‌گیر شده و عمومیت یافته است. در ایالات متحده‌ی آمریکا با این‌که ملاحظاتی که ماهیتی قراردادی داشته باشند کاملاً از بین نرفته است ولی مردم به‌وفور به‌دنبال «عشق رمانتیک»، دنبال تجربه‌ی شخصیِ عشق هستند که باید بعداً به ازدواج منجر شود. این مفهومِ جدیدِ آزادی در عشق می‌بایست تا حد زیادی اهمیت *هدف*[1] را در مقایسه با اهمیت *کارکرد*[2] افزایش می‌داد.

آنچه با این عامل رابطه‌ای نزدیک دارد، ویژگیِ عمده‌ی دیگرِ فرهنگِ امروزیِ ماست. کل فرهنگ ما بر اساس میل به خرید و بر اساس این باور که تبادلی صورت گیرد که برای هر دو طرف مطلوب باشد پایه‌ریزی شده است. خوشبختیِ انسانِ امروزی در هیجانی

1. Object
2. Function

است که از نگاه کردن به ویترین مغازه‌ها پیدا می‌کند و از خریدِ همه‌ی چیزهایی است که می‌تواند بخرد، چه نقدی، چه قسطی. او به آدم‌ها به یک شیوه نگاه می‌کند. جایزه‌ای که مرد به‌دنبال آن است یک زن جذاب است و جایزه‌ای که زن در پی آن است، یک مرد جذاب. «جذاب» به‌طور معمول یعنی مجموعه‌ای مناسب از خصوصیاتی که پرطرفدار است و مردم در بازارِ شخصیت در پی آن‌اند. آنچه فرد را به‌گونه‌ای خاص جذاب می‌کند به مُدِ آن عصر بستگی داد ، هم از لحاظ جسمی و هم از لحاظ روانی. در دهه‌ی ۱۹۲۰، دختر خشن و لوندی که سیگاری به‌دست داشت و الکل می نوشید مُد بود، ولی حالا کم‌رو بودن و دلبستگی بیشتر به خانه و زندگی، مُد است. در انتهای قرن نوزدهم و در ابتدای قرن بیستم، اگر مردی می‌خواست «جذاب» باشد می‌بایست پرخاشگر و بلندپرواز می‌بود؛ ولی امروز باید اجتماعی و شکیبا باشد تا جذاب شود. به‌هرحال، معمولاً احساسِ عاشق شدن فقط با توجه به چنین کالاهای بشری‌ای که در حد و اندازه‌ی امکانات بالقوه‌ی خود فرد برای تبادل است رشد می‌کند. من می‌خواهم معامله کنم؛ معامله‌ای که باید از نظر ارزش اجتماعی مطلوب باشد و درعین‌حال، طرف معامله هم با توجه به پتانسیل‌ها و امتیازاتِ پیدا و پنهانِ من باید مرا بخواهد. بنابراین دو نفر وقتی عاشقِ یکدیگر می‌شوند که احساس می‌کنند با توجه به محدودیت‌های ارزش‌های تبادلی خودشان، بهترین گزینه‌ای را که در بازار وجود دارد انتخاب کرده‌اند.

اغلب همانند خریدِ ملک، پتانسیل‌های پنهانی کـه مـی‌تواننـد رشـد کنند نقشی شایان توجه در این معامله دارند. در فرهنگی که در آن خرید و فروش، جهت‌گیری غالـب و فراگیـر اسـت و توفیـق مـادی، ارزش چشمگیری است دلیلی ندارد تعجب کنـیم از ایـن‌کـه روابـطِ عشقیِ بشری از همین الگوی تبادل که در کـالا و بـازار کـار حـاکم است پیروی می‌کند.

سومین اشتباهی که به این فرضیه منتهـی مـی‌شـود کـه عـشق چیزی ندارد که بخواهیم از آن آگاه شویم، ناشـی از ایـن اسـت کـه تجربه‌ی نخستِ عاشق «شدن» را با حالتِ دائمیِ عاشق بودن یا بـه عبارت بهتر، با عاشق «ماندن» اشتباه می‌گیـریم. اگـر دو نفـر مثـل همه‌ی ما که با هم غریبه بوده‌اند ناگهان اجـازه بدهنـد دیـوارِ بـین آن‌ها فرو بریزد و احساس نزدیکـی و یگـانگی کننـد، ایـن لحظـه‌ی یگانگی، یکی از نشاط‌آورترین و هیجان‌انگیزترین تجارب در زنـدگی است. برای کسانی که درها به‌روی آنان بسته شده و تنها و بی‌عـشق مانده‌اند، این شگفت‌انگیزتر و معجزه‌گونـه‌تـر اسـت. ایـن معجـزه‌ی صمیمیتِ ناگهانی اغلب درصورتی تسهیل می‌شود که بـا کامیـابی و جاذبه‌ی جنسی، ترکیب یا شروع شود. با وجود این، این نـوع عـشق بنا به طبیعتش ماندگار نیست. دو نفر به‌خوبی با هم آشنا می‌شوند، صمیمیتشان خاصیتِ معجزه‌آسای خود را کم‌کم از دست مـی‌دهـد تا این‌کـه خـصومت‌شـان، دلـسردی‌هایـشان و خـستگی روحـی دوطرفه‌شان هرچه که از هیجـان اولیـه بـاقی مانـده باشـد را نابود

می‌کند. با وجود این، در ابتدا این چیزها را نمی‌دانند؛ در واقع، آن‌ها شدتِ شیفتگی و این‌که «دیوانه»ی یکدیگر هستند را شاهدی دالِ بر شدت عشق‌شان می‌دانند. درحالی‌که ممکن است این شدتِ شیفتگی فقط دالِ بر میزان تنهایی و اندوه قبلی‌شان بوده باشد.

این نگرش ـ که هیچ‌چیز آسان‌تر از عشق نیست ـ برخلاف شواهد متقنی که در رد آن وجود دارد، همچنان به‌عنوان نظر غالب در باب عشق مطرح بوده است. کمتر فعالیت یا اقدامی وجود دارد که با چنین آمال و آرزوهای فوق‌العاده‌ای شروع شود و مثل عشق، بارها و بارها شکست بخورد. اگر هر فعالیت دیگری چنین بود مردم مشتاق می‌شدند بدانند علتِ این همه شکست چیست و چگونه می‌توانند عملکرد بهتری داشته باشند یا دست از آن فعالیت می‌کشیدند. از آن‌جا که روش دوم در مورد عشق امکان ندارد، به‌نظر می‌رسد فقط یک روش برای فائق آمدن بر شکست عشقی وجود دارد؛ این‌که فرد علل این شکست را بررسی کند و در ادامه، معنای عشق را بکاود.

اولین گامی که باید برداریم این است که آگاه شویم عشق، هنر است، همان‌طور که زندگی کردن هنر است. اگر می‌خواهیم یاد بگیریم چگونه عشق بورزیم باید همان‌گونه پیش برویم که اگر می‌خواستیم هنر دیگری مثل موسیقی، نقاشی، نجاری، یا هنر طبابت یا مهندسی را بیاموزیم، پیش می‌رفتیم.

مراحل لازم در یادگیری هر هنری کدام‌اند؟

روندِ آموختنِ هر هنر را به‌آسانی می‌توان به دو بخش تقسیم کرد: یکی تسلط بر نظریه، دیگری تسلط بر کاربرد. اگر من می‌خواهم هنر طبابت را یاد بگیرم ابتدا باید واقعیت‌هایی را درباره‌ی بدن انسان و بیماری‌های متعدد فرابگیرم. با وجود این، چنانچه کل این شناختِ نظری را به‌دست آورده باشم، به‌معنای آن نیست که در هنر طبابت توانا هستم. فقط درصورتی بر این هنر مسلط می‌شوم که تمرین عملی زیادی در آن کرده باشم تا بالاخره نتایجِ شناختِ نظری‌ام و نتایجِ تمرینم در هم امتزاج یافته و چیزِ یگانه‌ای شده باشند به‌نامِ شم و شهود؛ که جوهره‌ی تسلط در هر هنری است. اما علاوه‌بر یاد گرفتنِ نظریه و عمل، عامل سومی وجود دارد که برای تسلط در هر هنری لازم است؛ و آن این است که تسلط در هنر باید دغدغه‌ی غایی باشد. هیچ‌چیز مهم‌تر از عشق نباید در جهان وجود داشته باشد. این سخن در مورد موسیقی، طب، نجاری و البته عشق صدق می‌کند و شاید جوابِ این پرسش که چرا مردم در فرهنگ ما با این‌که این‌همه در عشق شکست می‌خورند به‌ندرت سعی می‌کنند هنرِ عشق ورزیدن را بیاموزند، این باشد که با وجود تمایل شدید و عمیق به عشق، همه‌ی چیزهای دیگر (اعم از موفقیت، وجهه‌ی اجتماعی، پول و قدرت) مهم‌تر از عشق تلقی می‌شوند. کم‌وبیش همه‌ی انرژیِ ما صرفِ این می‌شود که یاد بگیریم چطور به این اهداف برسیم و می‌توان مدعی شد هیچ تلاشی نمی‌کنیم تا هنر عشق ورزیدن را یاد بگیریم.

آیا ممکن است چنین باشد که فقط چیزهایی ارزش آموختن دارند که فرد با آن‌ها بتواند پول دربیاورد یا وجهه‌ی اجتماعی کسب کند، و آیا عشق که «فقط» به روح فایده می‌رساند و در معنای امروزی، بی‌فایده است، یک کالای تجملی است که حق نداریم نیروی زیادی صرف آن کنیم؟ در هر حال، موضوع بحثِ این کتاب در مورد هنر عشق ورزیدن بر اساس تقسیم‌بندی‌ای است که پیش‌تر ذکر شد: اول به بحث درباره‌ی نظریه‌ی عشق می‌پردازم. این بحث، بخشِ اعظمِ کتاب را تشکیل می‌دهد. دوم، تمرین عشق را تشریح خواهم کرد. در این حوزه مثل هر حوزه‌ی عملی دیگر، نمی‌توان زیاد حرف زد چون همان‌طور که از اسم آن پیداست، به‌عمل کار بر آید به *سخندانی* نیست.

# فصل دوم
# نظریه‌ی عشق

## ۱. عشق، پاسخ به مسأله‌ی وجود بشر

هر نظریه‌ی عشق باید با یک نظریه‌ی انسان، با یک نظریه‌ی وجود بشر شروع شود. وقتی عشق، یا مابه‌ازایِ عشق را، در حیوانات پیدا می‌کنیم، می‌بینیم دلبستگی‌های آن‌ها به‌طور عمده بخشی از تجهیزاتِ غریزی‌شان است. تنها بقایای این تجهیزاتِ غریزی را می‌توانیم به‌صورت فعال در انسان ببینیم. آنچه در وجود انسان، اساسی است این است که او از قلمرو حیوانات، از سازگاری غریزی بیرون آمده و از طبیعت فراتر رفته است؛ با وجوداین، هیچ‌وقت طبیعت را ترک نمی‌کند؛ او بخشی از طبیعت است ـ و درعین‌حال، همین که از طبیعت بِبُرد نمی‌تواند به آن برگردد؛ همین که از بهشت ـ که حالت یگانگی با طبیعت است ـ بیرون انداخته شود، اگر سعی کند به آن‌جا برگردد ملک مقرّب با شمشیری گداخته در دست، راه او را سد می‌کند. انسان فقط با رشد عقل خود، با

تطابق‌پذیری جدید، نوعی تطابق بشری (به‌جای تطابقِ پیشاانسانیِ جبران‌ناپذیری که از دست داده) می‌تواند به پیش برود.

وقتی انسان، چه نژادِ بشر، چه فرد، زاده می‌شود، از وضعیتی که مثل غرایز، مشخص و معیّن بود، به داخل وضعیتی پرت می‌شود که نامعیّن و نامشخص و باز است. فقط گذشته قطعیت دارد؛ قطعیتِ آینده هم فقط تا زمان مرگ است.

انسان از موهبت عقل برخوردار است. او *حیاتی است آگاه از خودش*؛ او از خودش آگاهی دارد، از همنوعش، از گذشته‌اش، و از احتمالات آینده‌اش. این آگاهی از خود به‌عنوان یک ماهیت مجزا، آگاهی از عمرِ کوتاهِ خودش، آگاهی از این واقعیت که بدون میل خودش به دنیا آمده و برخلاف میل خودش خواهد مرد، این‌که او قبل از عزیزانش خواهد مرد یا آن‌ها قبل از او خواهند مرد، آگاهی از تنهایی و منفرد بودنش، از درماندگی‌اش در مواجهه با نیروهای طبیعت و جامعه، این‌ها همه، وجود منفرد و نامتحد او را به زندانی تحمل‌ناپذیر تبدیل می‌کند. اگر او خود را از این زندان آزاد نکند، با کسی ارتباط برقرار نکند، خودش را به شکلی با انسان‌ها و دنیای بیرون متحد نکند، چه‌بسا دیوانه شود.

تجربه‌ی جدا بودن، اضطراب را برمی‌انگیزد؛ درواقع، این منبعِ همه‌ی اضطراب‌هاست. جدا بودن یعنی بریده بودن، بدون هیچ توانایی در استفاده از قدرت‌های بشری. به همین دلیل است که جدا بودن یعنی درماندگی، یعنی ناتوانی در گرفتنِ فعالانه‌ی چیزها و

افراد؛ یعنی دنیا می‌تواند به من حمله کند و من توانایی ندارم واکنش نشان دهم. بنابراین، جدا بودن، منبعِ اضطرابِ شدید است. از این گذشته، جدایی، احساس گناه و شرم را برمی‌انگیزد. در کتاب مقدس، این تجربه‌ی گناه و شرم در جدایی در سرگذشت آدم و حوا بیان شده است. بعد از این‌که آدم و حوا از «درخت آگاهی از خیر و شر» خوردند، بعد از این‌که نافرمانی کردند (اگر آزادی در نافرمانی وجود نداشته باشد خیر و شر نیز وجود نخواهند داشت)، بعد از این‌که با آزاد کردنِ خود از بندِ هماهنگیِ حیوانی با طبیعت، انسان شدند، یعنی پس از این‌که به شکل انسان متولد شدند، دیدند «برهنه‌اند و شرمسار شدند». آیا باید فرض را بر این بگذاریم که چنین اسطوره‌ی کهنی سرمنشأ اخلاقیات زهدمآبانه‌ی نگرش قرن نوزدهم است و نکته‌ی مهمی که این داستان می‌خواهد به ما نشان دهد شرمساری از این است که عورت آنان پیدا بود؟ بعید است چنین باشد، و اگر بخواهیم این سرگذشت را با حال‌وهوای عصر ویکتوریا درک کنیم از نکته‌ی مهمی غفلت خواهیم کرد، نکته‌ای که به‌نظر می‌رسد چنین باشد: بعد از آگاهی مرد و زن از خودشان و از جدا بودنشان و از این‌که هر یک به جنسیت متفاوتی تعلق دارد؛ نسبت به هم بیگانه می‌مانند چون هنوز یاد نگرفته‌اند به یکدیگر عشق بورزند (این واقعیت که آدم با مقصر دانستنِ حوا از خودش دفاع می‌کند نه با تلاش برای دفاع از خود، این مطلب را به‌روشنی نشان می‌دهد). *آگاهی از جدایی بشری، بدون پیوند حاصل از عشق،*

*منبع شرمساری است. درعین‌حال، منبع احساس گناه و اضطراب است.*

پس عمیق‌ترین نیاز انسان، نیازش به غلبه بر جدایی و ترک زندان تنهایی است. شکست *مطلق* در دستیابی به این هدف یعنی دیوانگی، چون احساس جدایی درصورتی ناپدید می‌شود که فرد چنان از دنیای بیرون به‌طور مطلق کناره‌گیری کند که این کناره‌گیری به وحشت ناشی از جداییِ مطلق غلبه کند؛ چون دنیای بیرون که فرد از آن جدا شده، ناپدید شده است.

انسان ـ در همه‌ی اعصار و فرهنگ‌ها ـ با یک مسأله مواجه بوده است: این‌که چگونه بر جدایی غلبه کند، چطور به پیوند برسد، چگونه از زندگی فردی خود فراتر برود و به وحدت برسد. این مسأله برای انسان اولیه‌ای که در غار زندگی می‌کرد، برای چادرنشینی که گله‌دار بود، برای دهقان مصری، برای بازرگان فینیقیه‌ای، برای سرباز رومی، برای راهب قرون وسطی، برای کارمندان امروزی و کارگران کارخانه‌ها یکسان است. مسأله فرقی نکرده است چون منشأ آن فرقی نکرده است: منشأ آن وضعیت بشر، شرایط وجود بشری است؛ ولی پاسخِ این مسأله، متغیر است: با پرستش حیوان، با قربانی انسان، با تصرفات نظامی، با غرق شدن در تجملات، با انکار نفس که مبتنی بر ریاضت کشیدن باشد، با دلمشغولیِ شدید به کار، با آفرینش هنری، با عشق به خدا و با عشق به انسان می‌توان به این مسأله جواب داد. با وجود این‌که

پاسخ‌های زیادی وجود دارند ـ که سابقه‌ی آن‌ها به‌اندازه‌ی تاریخ بشر است ـ ولی این پاسخ‌ها بی‌شمار نیستند. در مقابل، به‌محض این‌که فرد از تفاوت‌های کوچک‌تری که بیشتر به حاشیه تعلق دارند تا به مرکز، چشم می‌پوشد متوجه می‌شود تعداد پاسخ‌هایی که داده شده، محدود است و فقط می‌توانسته توسط انسان در فرهنگ‌های مختلفی که در آنها زندگی کرده است داده شود. درواقع، تاریخِ دین و فلسفه، تاریخِ این پاسخ‌ها، پاسخِ تنوعِ آن‌ها و همچنین پاسخِ محدودیتِ تعدادِ آن‌هاست.

پاسخ‌ها تا حدی به درجه‌ی فردیتی که فرد به آن رسیده بستگی دارد. در کودک، منیّت[1] رشد اندکی کرده است؛ او هنوز خود را با مادر یکی احساس می‌کند و مادامی که مادر پیش اوست، احساس جدایی نمی‌کند. احساسِ تنهاییِ او به یمن حضور سینه‌هایِ مادر و پوست مادر درمان می‌شود؛ اما وقتی کودک احساس جدایی و فردیت خود را رشد می‌دهد، دیگر حضور جسمانی مادر کافی نیست و این نیاز به‌وجود می‌آید که کودک به شیوه‌های دیگری بر جدایی غلبه کند.

به همین ترتیب، نوع بشر در آغاز خلقت خویش هنوز با طبیعت احساس یگانگی می‌کند. خاک، حیوانات، و گیاهان، هنوز دنیای او هستند. او با حیوانات همذات‌پنداری می‌کند و این حس از طریقِ زدنِ نقاب‌های حیوانی، پرستش حیوان یا خدایان

1. *I-ness*

حیوانی بیان می‌شود؛ اما هرچه نوع بشر از این قیدوبندهای ابتدایی به‌درمی‌آید، خود را بیشتر از دنیای طبیعی جدا می‌کند و نیاز به یافتن راه‌های جدید برای فرار از جدایی، شدیدتر می‌شود.

یک راه برای دستیابی به این هدف، همه‌ی انواع *حالات عیاشانه* است. این حالات گاهی به کمک مواد مخدر می‌توانند شکل خلسه یا جذبه را داشته باشند. بسیاری از آیین‌های قبایل اولیه، تصویر روشنی از این راه‌حل را نشان می‌دهد. در یک حالت زودگذر وجد و سرور، دنیای بیرون ناپدید می‌شود و به همراه آن، احساس جدایی از آن نیز ناپدید می‌شود. چون این آیین‌ها به‌صورت عمومی برگزار می‌شوند تجربه‌ی یکی شدن با گروه به آن اضافه می‌شود و این باعث اثربخشیِ بیشترِ این راه‌حل می‌شود. آنچه با این راه‌حل عیاشانه، رابطه‌ی نزدیک دارد و اغلب با آن در هم آمیخته می‌شود، تجربه‌ی جنسی است. اوج لذت جنسی می‌تواند حالاتی شبیه به آنچه به‌وسیله‌ی خلسه یا تأثیرات مواد مخدر خاصی ایجاد می‌شوند، پدید آورد. آیین‌های عیاشی جمعی، بخشی از بسیاری آیین‌های ابتدایی بود. به‌نظر می‌رسد بعد از تجربه‌ی عیاشانه، انسان می‌تواند تا مدتی از جدایی خود عذاب نکشد. فشار ناشی از اضطراب به‌آهستگی زیاد می‌شود و سپس با تکرار این آیین، دوباره کاهش می‌یابد.

تا هنگامی‌که این حالات عیاشانه به‌صورت جمعی و قبیله‌ای انجام می‌شود، اضطراب یا احساس گناه ایجاد نمی‌کنند. چنین عمل کردن، نیکو و حتی فضیلت محسوب می‌شود چون همه در آن

مشارکت می‌کنند و طبیب و کشیش، آن را تأیید و مطالبه می‌کنند؛ در نتیجه، دلیلی ندارد که فرد احساس گناه یا شرمساری کند. وقتی همین راه‌حل را فردی در فرهنگی برمی‌گزیند که این‌گونه مناسک عمومی را پشت سر گذاشته، قضیه فرق می‌کند. اعتیاد به مواد مخدر و الکل، شیوه‌هایی هستند که فرد در فرهنگی که بر عدم عیاشی مبتنی است برمی‌گزیند. چنین فردی در تقابل با کسانی که در یافتن و اجرای راه‌حلِ مبتنی بر الگوی اجتماعی مشارکت دارند، احساس گناه و ندامت می‌کند. هرچند او با پناه بردن به الکل و مواد مخدر سعی می‌کند از جدایی فرار کند، بعد از این‌که تجربه‌ی عیاشانه تمام می‌شود، احساس جدایی بیشتری می‌کند و درنتیجه به این سمت سوق می‌یابد که با افزایش دفعات و شدت آن تجربه به آن پناه ببرد. آنچه اندکی با این تفاوت دارد، پناه بردن به راه‌حلِ عیاشی جنسی است. این تا حدی یک شکلِ طبیعی و بهنجار در غلبه بر جدایی است و یک راه‌حل ناقص به مسأله‌ی انزواست؛ اما در بسیاری از کسانی که جدایی در آن‌ها به روش‌های دیگر تسکین نمی‌یابد، جستجو برای رسیدن به اوج لذت جنسی، کارکردی پیدا می‌کند که سبب می‌شود فرق چندانی با اعتیاد به مواد مخدر یا الکل نداشته باشد. آن تلاش مذبوحانه‌ای می‌شود برای فرار از اضطرابی که بر اثر جدایی ایجاد شده است و به احساس جداییِ روزافزون منجر می‌شود، چون عمل جنسی که فاقد عشق باشد هیچ‌گاه شکافِ بین انسان‌ها را پر نمی‌کند مگر برای لحظه‌ای.

همه‌ی شکل‌های پیوند عیاشانه، سه خصوصیت دارند: همه شدید و حتی خشونت‌آمیزند؛ در کلِ شخصیت ـ در ذهن و جسم ـ روی می‌دهند؛ زودگذر و ادواری‌اند. در مورد پیوندی که پرکاربردترین گزینه‌ی انتخابی بشر در گذشته و حال بوده، بی‌کم‌وکاست عکسِ این سخن صدق می‌کند: منظور، پیوندی است بر اساس همرنگی با گروه و آداب و رسومِ اعمال و باورهای آن. در این‌جا نیز پیشرفتی شایان توجه دیده می‌شود.

در جامعه‌ای ابتدایی، گروه کوچک است؛ گروه از کسانی تشکیل می‌شود که خون و خاک مشترکی با هم دارند. با رشد فرهنگ، گروه بزرگ می‌شود. گروه به اهالی یک شهر، اهالی یک کشور بزرگ، پیروان یک آیین توسعه می‌یابد. حتی آن رومی فقیر احساس غرور می‌کرد چون می‌توانست بگوید: «*من شهروند روم هستم.*» روم و امپراتوری روم، خانواده‌اش، خانه‌اش، و دنیایش بود. همچنین در جامعه‌ی امروزی غرب، وحدت با گروه روش غالبِ غلبه بر جدایی است؛ وحدتی است که در آن خودِ فرد تا حد زیادی ناپدید می‌شود و هدف آن به جماعت تعلق دارد. اگر من مثل دیگران باشم، اگر احساسات یا افکاری که مرا متفاوت کند نداشته باشم، اگر با آداب و رسوم لباس پوشیدن، با اندیشه‌ها و الگوی گروه همراه و همرنگ شوم، نجات می‌یابم؛ از دستِ تجربه‌ی وحشتناکِ تنهایی می‌رهم. نظام‌های خودکامه از تهدید و وحشت برای القای همرنگی استفاده می‌کنند؛ کشورهای مردم‌سالار از تلقین و تبلیغات. در واقع، تفاوتی

عظیم بین این دو نظام وجود دارد. در نظام‌های مردم‌سالار، ناهمرنگی ممکن است، و به‌هیچ‌وجه به‌طور کامل غایب نیست؛ در نظام‌های انحصارطلب، انتظار می‌رود تنها تعداد اندکی از قهرمانان و شهدای خاص بتوانند نافرمانی کنند. اما با وجود این تفاوت، جوامع مردم‌سالار، درجه‌ی همرنگی بالایی را نشان می‌دهند. علت آن، این واقعیت است که بالاخره جستجو برای یافتن وحدت ***باید*** جوابی داشته باشد و اگر راه دیگر یا بهتری وجود نداشته باشد، وحدتِ ناشی از همرنگی با جماعت، وحدتِ غالب می‌شود. اگر فرد شدت نیاز به جدا نبودن را درک کند فقط در این صورت است که می‌تواند قدرت ترس از متفاوت بودن، ترس از فقط چند قدم دوری از جماعت را درک کند. گاهی این ترس از ناهمرنگی تحت نام ترس از خطرهای منطقی که می‌تواند فردِ ناهمرنگ را تهدید کند توجیه می‌شود. اما در واقع، مردم دست‌کم در دموکراسی‌های غربی ***می‌خواهند*** خیلی بیشتر از آنچه ***مجبورند***، همرنگ شوند.

اکثر مردم حتی از نیازشان به همرنگی آگاه نیستند. آنان با این پندار روزگار می‌گذرانند که ایده‌ها و تمایلات خود را دنبال می‌کنند، فردگرا هستند و در نتیجه‌ی تفکر خودشان به عقیده‌شان رسیده‌اند؛ و این بی‌گمان اتفاقی است که ایده‌های آن‌ها درست عین ایده‌های اکثریت است. اتفاق نظرِ همگان، مدرکی است دال بر صحت ایده‌های«شان». از آن‌جا که هنوز نیاز به احساس فردیت وجود دارد، چنین نیازی در مورد تفاوت‌های کوچک برآورده می‌شود؛

حروف اول اسم که روی کیف یا پولیور نوشته می‌شود، صفحه‌ای که نام تحویلدار روی آن حک شده، عضویت در حزب دموکرات یا جمهوری‌خواه، عضویت در انجمن خیریه‌ی اِلکس[۱]، نه انجمن شراینرز[۲] یعنی مظهر تفاوت‌های فردی. شعارِ تبلیغاتیِ «این یک چیز دیگر است» این نیازِ اندوهبار به تفاوت را نشان می‌دهد، درحالی‌که درواقع، هیچ تفاوتی باقی نمانده است.

گرایشِ روزافزون به حذف تفاوت‌ها رابطه‌ی نزدیکی با مفهوم و تجربه‌ی برابری دارد؛ همچنان که برابری در پیشرفته‌ترین جوامع صنعتی در حال رشد است. از منظر دینی، برابری به این معنا بوده که ما همه فرزندان خداییم؛ همه‌مان یک ذات بشری ــ الهی مشترک داریم؛ همه یکی هستیم. همچنین بدین معنا بوده که به تفاوت‌های بین افراد باید احترام گذاشت. با این‌که این سخن، صحیح است که ما همه یکی هستیم، این نیز صحیح است که هر یک از ما موجودی است منحصربه‌فرد، و به‌خودی‌خود «عالَمی» محسوب می‌شود. برای مثال، درباره‌ی این اعتقاد راسخ به منحصربه‌فرد بودنِ انسان در *تلمود* چنین آمده است: «هرکس جانی را نجات دهد گویی کل دنیا را نجات داده است؛ هر کس جانی را نابود کند گویی کل دنیا را نابود کرده است.» برابری به‌عنوان یک شرط رشد فردیت، معنای مفهوم برابری در فلسفه‌ی روشنگری غرب نیز بود. معنای آن (که به بهترین حالت از زبان کانت بیان شد) این

---

۱. Elks؛ از لژهای فراماسونری است. ـ م.
۲. Shriners؛ از لژهای فراماسونری است. ـ م.

بود که هیچ انسانی نباید وسیله‌ای باشد برای آن‌که دیگری به اهداف خود برسد. از آن‌جا که انسان، هدف و فقط هدف است و هیچ‌گاه وسیله‌ای برای دیگری نیست، همه‌ی انسان‌ها با هم برابرند. اندیشمندان سوسیالیست از مکاتب مختلف به پیروی از ایده‌های عصر روشنگری، برابری را به‌منزله‌ی لغو استثمار، لغو بهره‌کشیِ انسان از انسان تعریف کرده‌اند؛ خواه این استفاده، حیوانی باشد خواه «انسانی».

در جامعه‌ی امروزینِ سرمایه‌داری غرب، معنای برابری دگرگون شده است. منظور از برابری، برابری آدم ماشینی است، برابری آدم‌هایی که فردیت‌شان را از دست داده‌اند. *امروزه منظور از برابری، بیشتر به‌معنای «یکسانی» است تا «یکی بودن».* برابری، یکسانیِ امور انتزاعی و یکسانیِ کسانی است که شغل یکسان دارند، کسانی که تفریح و سرگرمیِ یکسان دارند، کسانی که روزنامه‌های یکسانی می‌خوانند، کسانی که احساسات و اندیشه‌های یکسانی دارند. از این لحاظ، به بعضی دستاوردهایی مثل برابری زنان که به‌طور معمول به‌عنوان نشانه‌های پیشرفت ما ستوده می‌شود، باید به دیده‌ی تردید نگاه کرد. لازم نیست گفته شود که من در مخالفت با برابری زنان سخن نمی‌گویم؛ اما جنبه‌های مثبتِ این گرایش به نابرابری نباید ما را بفریبد. این بخشی از گرایش به‌سمت حذف تفاوت‌هاست. برابری با چنین هزینه‌ای به‌دست آمده است: زنان برابرند چون با یکدیگر متفاوت

نیستند. گزاره‌ای از فلسفه‌ی روشنگری که می‌گوید: «*روح، جنسیت ندارد*» کاربرد عمومی پیدا کرده است. قطبیت جنس زن و مرد در حالِ ناپدید شدن است و همراه با آن، عشق جنسی نیز که بر این قطبیت استوار است، دارد ناپدید می‌شود. زن و مرد به‌جای آن‌که مثل قطب‌های مخالف ،«هم‌تراز» باشند، یکسان می‌شوند. جامعه‌ی امروزی، این آرمانِ برابریِ فردی‌نشده را توصیه می‌کند، چون به انسان‌هایی که مثل اتم‌ها یکسان باشند نیاز دارد تا آن‌ها را وا دارد بدون این‌که اصطکاکی با هم پیدا کنند، در یک انبوه و اجتماع توده‌وار، یک کارکردِ بدون اصطکاک داشته باشند؛ طوری که همه از فرمان‌های یکسانی اطاعت کنند و درعین‌حال، همه متقاعد شوند که سرگرم پیگیری امیال خویش‌اند. همان‌طور که تولید انبوه امروزین مستلزم استاندارد کردنِ کالاهاست، فرایند اجتماعی نیز مستلزم استاندارد کردنِ انسان است؛ و این استانداردسازی، «برابری» نامیده می‌شود.

پیوندی که به وسیله‌ی همرنگی با جماعت ایجاد شود عمیق و شدید نیست، بلکه سطحی است و به وسیله‌ی امور روزمره دیکته می‌شود و درست به همین دلیل، غالباً این پیوند برای فرونشاندنِ اضطرابِ جدایی کافی نیست. رواج اعتیاد به مواد مخذر و الکل، سکس‌گرایی مفرط و خودکشی در جامعه‌ی غرب، از علائمِ این عدم موفقیتِ نسبیِ همرنگی با جماعت است. علاوه

بر این، این راه‌حل عمدتاً به ذهن مربوط می‌شود نه به جسم، و به همین دلیل نیز در مقایسه با راه‌حل‌های عیاشانه، چیزی کم دارد. همرنگی با جماعت فقط یک مزیت دارد: این‌که دائمی است نه گهگاهی. فرد را در سه یا چهارسالگی وارد یک الگوی همرنگی می‌کنند و درنتیجه، او هیچ‌گاه تماسش با جماعت قطع نمی‌شود. حتی مراسم خاکسپاری فرد که آن را آخرین واقعه‌ی بزرگ اجتماعی‌اش می‌داند، بر پایه‌ی همرنگیِ سفت و سخت با این الگو انجام می‌شود.

علاوه بر همرنگی که راهی برای تسکین اضطراب جدایی است، باید به یکی دیگر از عوامل زندگی امروزی توجه کنیم: نقشِ کارِ یکنواخت و لذتِ یکنواخت. انسان به موجودی تبدیل می‌شود که «از ساعت نه صبح تا پنج بعدازظهر» کار می‌کند، او بخشی از نیروی کار یا بخشی از نیروی دیوان‌سالارانه‌ی رئیس و مرئوس است. ابتکارِ اندکی دارد، کارهایش به حکم سازمان کار تعیین می‌شوند. حتی تفاوت‌هایی که بین بلندپایه‌ها و دون‌پایه‌ها وجود دارد زیاد نیست. همه‌ی آن‌ها کارهایی انجام می‌دهند که ساختارِ یک سازمان با سرعتی مشخص و به شیوه‌ای مشخص برایشان تعیین کرده است. حتی احساسات نیز تعیین می‌شوند: شادابی، شکیبایی، اعتبار، بلندپروازی، و تواناییِ سازگاری با هر کسی بدون هیچ‌گونه اصطکاک. تفریح نیز به شکل‌هایی مشابه ولی نه‌چندان سخت‌گیرانه یکنواخت می‌شود. کتاب‌ها زیر نظر انجمن

کتاب انتخاب می‌شوند، فیلم‌ها به تشخیص صاحبان فیلم و تئاتر؛ و شعارهای تبلیغاتی را کسانی برمی‌گزینند که هزینه‌ی آن‌ها را می‌پردازند، بقیه‌ی چیزها نیز هم‌شکل می‌شوند. گردش با خودرو در روز یکشنبه، برنامه‌های تلویزیونی، ورق‌بازی، مهمانی‌ها، از تولد تا مرگ، از روز آغازین این هفته تا روز آغازین هفته‌ی بعد، از صبح تا شب. همه‌ی فعالیت‌ها یکنواخت و از پیش تعیین‌شده می‌شوند. انسانی که در این دام یکنواختی گیر افتاده است چگونه می‌شود که فراموش نکند «انسان» است، منحصربه‌فرد است، کسی است که فقط یک بار فرصت زندگی دارد، کسی که امیدها و ناامیدی‌هایی دارد، غم و ترس دارد، آرزوی عشق و وحشت از نیستی و جدایی دارد؟

روش سوم برای رسیدن به پیوند، ***فعالیت خلاقانه*** است، اعم از فعالیت خلاقانه‌ی هنرمندان یا فعالیتِ خلاقانه‌ی صنعتگر. در هر نوع کار خلاقانه‌ای، فرد خلق‌کننده، خود را با آنچه دارد و نماینده‌ی دنیای بیرون از خودش است یکی می‌کند. خواه نجار یک میز بسازد، خواه زرگر قطعه‌ای جواهر بسازد، خواه دهقان دانه‌ای بپروراند یا نقاش تصویری بکشد. در همه‌ی این کارهای خلاقانه‌ی مختلف، فرد و آفریده‌اش یکی می‌شوند. انسان در روند آفرینندگی، خودش را با دنیا یکی می‌کند. با وجود این، این سخن فقط در مورد کار تولیدی، کاری که *من* برنامه‌ریزی می‌کنم، تولید می‌کنم و نتایج آن را می‌بینم، صدق می‌کند. در فرایند امروزینِ کارِ کارمند، یا کارگری

که با یک تسمه نقاله کار می‌کند، چیزی از این کیفیت وحدت‌بخش کار باقی نمی‌ماند. کارگر به یک جزءِ ماشین یا سازمان دیوان‌سالار تبدیل می‌شود. او دیگر خودش نیست. درنتیجه، هیچ پیوندی فراتر از آن پیوند همرنگی ایجاد نمی‌شود.

وحدتی که در کار تولیدی به‌دست می‌آید بینِ‌فردی نیست؛ وحدتی که با آمیختگی و امتزاج عیاشانه به‌دست می‌آید زودگذر است؛ وحدتی که از طریق همرنگی حاصل می‌شود صرفاً شبیه وحدت است، نه بیشتر. درنتیجه، این‌ها فقط پاسخی ناقص به مسأله‌ی وجود هستند. پاسخ کامل، این است: در دستیابی به وحدتِ بین‌فردی، در دستیابی به آمیختگی و امتزاج با فردی دیگر؛ در **عشق**.

این میل به آمیختگی و امتزاجِ بین‌فردی، قوی‌ترین کوشش بشری است؛ بنیادی‌ترین شوق است؛ نیرویی است که نوع بشر، طایفه، قبیله، خانواده، و جامعه را حفظ می‌کند. نرسیدن به آن به‌معنای جنون یا نابودی است: نابودی خویشتن یا نابودی دیگران. بشر بدون عشق نمی‌توانست حتی یک روز وجود داشته باشد. با وجود این، اگر دستیابی به وحدت بین‌فردی را «عشق» بنامیم، خود را در برابر یک مشکل حاد خواهیم یافت. آمیختگی و امتزاج از راه‌های مختلفی می‌تواند حاصل شود و تفاوت‌ها از آنچه در گونه‌های متعدد عشق مشترک است، کم‌اهمیت‌تر نیست. آیا همه‌ی این‌ها را باید عشق نامید؟ یا باید واژه‌ی عشق را فقط

برای نوع خاصی از وحدت نگه داشت که در همه‌ی نظام‌های دینی و فلسفیِ چهارهزار سالِ آخرِ تاریخِ غرب و شرق، فضیلت آرمانی بوده است؟

مثل همه‌یَ مشکلات معناشناختی، این پاسخ فقط می‌تواند اختیاری باشد. آنچه اهمیت دارد این است که وقتی از عشق سخن می‌گوییم بدانیم از چه نوع وحدتی حرف می‌زنیم. آیا منظورمان از عشق، پاسخ تمام و کمالی است به مسأله‌ی وجود، یا از آن شکل‌های ناپخته‌ی عشق سخن می‌گوییم که می‌توان آن‌ها را ***پیوند همزیستی*** نامید؟ در صفحات بعدی، فقط و فقط از عشق در معنای نخست سخن خواهم گفت. ابتدا به مقوله‌ی «عشق» در معنای دوم خواهم پرداخت.

الگوی زیست‌شناختی ***پیوند همزیستی*** در رابطه‌ی بین مادر آبستن و جنین وجود دارد. آن‌ها دو تا هستند و درعین‌حال، یکی. آن‌ها «با هم» زندگی می‌کنند (***همزیستی***)؛ آن‌ها به یکدیگر نیاز دارند. به عبارتی، جنین بخشی از مادر است؛ نیازهایش را از مادر دریافت می‌کند. مادر، دنیای اوست، به او غذا می‌دهد، از او محافظت می‌کند؛ ولی زندگی خودش هم به برکت وجود جنین تقویت می‌شود. در پیوند همزیستی **روانی**، دو جسم از هم مستقل هستند؛ ولی از لحاظ روان‌شناختی همان نوع دلبستگی وجود دارد.

شکلِ ***منفعل*** پیوندِ همزیستی، شکلِ تسلیم و اطاعت است یا اگر از اصطلاح بالینی استفاده کنیم **خودآزاری**. به‌عبارتی، فردی که

به خودآزاری مبتلاست از احساس تحمل‌ناپذیر انزوا و جدایی فرار می‌کند و این کار را بدین وسیله انجام می‌دهد که خود را بخش و تکه‌ای از کسی می‌داند که او را هدایت می‌کند، محافظت می‌کند و زندگی و اکسیژنش را تأمین می‌کند. نیروی کسی که فرد از او اطاعت می‌کند بزرگ جلوه می‌کند، خواه شخص باشد خواه رب‌النوع؛ او همه‌چیز است و من هیچ، چون من بخشی از اویم. من بخشی از عظمت، قدرت و قطعیت هستم. فرد خودآزار مجبور نیست تصمیم بگیرد، مجبور نیست دل به دریا بزند، هرگز تنها نیست؛ ولی مستقل نیست. هیچ تمامیتی ندارد؛ هنوز به‌طور کامل به دنیا نیامده است. در یک بافت دینی، شیئی که پرستش می‌شود بت نامیده می‌شود؛ در یک بافت دنیویِ رابطه‌ی عشقیِ خودآزارگرانه، سازوکار اصلی یعنی سازوکار بت‌پرستی چنین است. رابطه‌ی خودآزارگرانه می‌تواند با میل جسمانی ـ جنسی ترکیب شود. در این حالت، این اطاعتی است که نه‌تنها ذهن بلکه جسم فرد نیز در آن شرکت می‌کند. چه‌بسا اطاعت خودآزارانه‌ی منبعث از تقدیر، بیماری، موسیقی رمانتیک یا نشئه‌ی ناشی از مصرف مواد مخدر یا خلسه‌ی هیپنوتیزم باشد. در همه‌ی این موارد، فرد از تمامیت خود صرف نظر می‌کند و خود را ابزارِ کسی یا چیزی خارج از خودش می‌سازد؛ لازم نیست او مسأله‌ی زندگی کردن با فعالیت تولیدی را حل کند.

شکلِ ***فعالِ*** آمیختگیِ همزیستی، تسلط است؛ یا اگر بخواهیم از اصطلاح روان‌شناختیِ متناظر با خودآزاری استفاده کنیم ***دیگرآزاری*** است. فردِ دیگرآزار، دیگری را تکه‌ای از خود می‌کند و با این کار می‌خواهد از تنهایی و احساس حبس فرار کند. او با درنظر گرفتن یک نفر دیگر که او را می‌پرستد، بزرگ جلوه می‌کند و خود را تقویت می‌کند.

فردی که به دیگرآزاری مبتلاست، به همان اندازه به فردِ فرمانبردار وابسته است که فرد فرمانبردار به فرد دیگرآزار. هیچ‌کدام نمی‌تواند بدون دیگری زندگی کند. تنها فرقی که دارند این است که فردِ دیگرآزار دستور می‌دهد، استثمار می‌کند، آسیب می‌رساند و تحقیر می‌کند؛ ولی فردِ خودآزار دستور می‌گیرد، استثمار می‌شود، آسیب می‌بیند و تحقیر می‌شود. از منظر واقع‌بینانه، این تفاوتی قابل ملاحظه است. از منظر عمیق‌تر هیجانی، این تفاوت به‌اندازه‌ی میزان اشتراک آن‌ها ـ آمیختگی بدون تمامیت ـ بزرگ نیست. اگر کسی این مطلب را درک کند به‌طور معمول دیگر از این‌که متوجه شود فرد به هر دو حالت دیگرآزاری و خودآزاری نسبت به اهداف متفاوت واکنش نشان می‌دهد، تعجب نخواهد کرد. هیتلر در وهله‌ی نخست به شکل دیگرآزاری نسبت به افراد واکنش نشان می‌داد؛ ولی نسبت به تقدیر، تاریخ و «قدرتِ بالاترِ» طبیعت، واکنشی خودآزارگرانه داشت. به‌همان اندازه که رؤیای موفقیت ـــ تسلط کامل ـــ از

خصیصه‌های او بود، پایان کارش ـ خودکشی و نابودی کامل ـ نیز از خصیصه‌های او بود[۱].

در تقابل با پیوند همزیستی، **عشق** بالغانه وجود دارد که **پیوندی است با این شرط که تمامیت شخص، فردیت شخص حفظ شود. عشق، قدرتی فعال در انسان است،** قدرتی که دیوارهایی را که انسان را از همنوعش جدا می‌کند درهم می‌شکند و او را با دیگری یگانه می‌کند. عشق باعث می‌شود انسان بر حس انزوا و جدایی غلبه کند و درعین‌حال، به او اجازه می‌دهد خودش باشد و تمامیتش را حفظ کند. در عشق، این تناقض به‌وجود می‌آید که دو موجود، یکی می‌شوند و درعین‌حال، دو تا باقی می‌ماند.

اگر می‌گوییم عشق یک فعالیت است با مشکلی روبه‌رو هستیم که در معنای مبهم واژه‌ی «فعالیت» قرار دارد. امروزه «فعالیت» معمولاً نام عملی است که از طریق صرف انرژی، به تغییری در وضعیت موجود منجر شود. بنابراین یک فرد درصورتی فعال تلقی می‌شود که کسب‌وکار ایجاد کند، پزشکی بخواند، پشت یک تسمه نقاله کار کند، یک میز بسازد، یا ورزش کند. آنچه به حساب ***نمی‌آید انگیزش*** فعالیت است. برای مثال، فرض کنید یک نفر از روی احساس ناامنی و تنهایی شدید به کار بی‌وقفه سوق پیدا می‌کند یا دیگری به وسیله‌ی بلندپروازی یا حرص به پول به حرکت درمی‌آید. در همه‌ی این موارد، فرد برده‌ی یک اشتیاق

---

۱. برای مطالعه‌ی مفصل دیگرآزاری و خودآزاری مراجعه کنید به کتاب *گریز از آزادی* نوشته‌ی اریک فروم.

شدید است و فعالیتش درواقع «انفعال» است، چون او بـه حرکـت درآورده می‌شود. او «عمل‌کننده» نیست، بلکه عذاب مـی‌کـشد. از طرف دیگر، انسانی هم که ساکت نشسته و تعمق می‌کند و هدفی ندارد جز این‌که خودش و وحدتش با دنیای بیـرون را ادراک کنـد «منفعل» تلقی می‌شود چون هیچ کاری «انجام» نمی‌دهد. درواقع، این شیوه‌ی تأمل متمرکز، بالاترین فعالیتی است کـه وجـود دارد، فعالیت روح است که فقط به شرط استقلال و آزادی درونی امکان دارد. امروزه یک مفهوم فعالیت، استفاده از انرژی برای دستیابی به اهداف بیرونی است؛ مفهوم دیگر فعالیت، اسـتفاده از قـدرت‌هـای ذاتی بشر است صرف نظر از این‌که باعث یک تغییر بیرونی بشود یا نشود. مفهوم نخستین فعالیت را اسپینوزا به بهتـرین شـکل بیـان کرده اسـت. او عواطـف را بـه دو دسـته‌ی فعـال و منفعـل، یعنـی «اعمال» و «شهوات» تقسیم می‌کند. وقتی انسان عاطفه‌ی فعال را به‌کار می‌برد آزاد اسـت. او بـر عاطفـه مـسلط اسـت؛ ولـی وقتـی عاطفه‌ی منفعل را به‌کار می‌گیرد، با نیروی چیز دیگری به حرکت درمی‌آید که خودش هم از هدف انگیـزش‌هـای آن آگـاهی نـدارد. سپس اسپینوزا به این گزاره می‌رسد که فـضیلت و قـدرت یکـی و یکسان هـستند.[1] حسادت، رشک، بلندپروازی، و هر نوع حرصـی، از شهوات هـستند؛ عشق یک عمل است، تمـرینِ یـک قـدرتِ بـشری

1. Spinoza, *Ethics* IV, Def.8.

است، عملی است که فقط در آزادی می‌تواند انجام شود و هیچ‌گاه در نتیجه‌ی اجبار انجام نمی‌گیرد.

عشق، نوعی فعالیت است نه یک عاطفه‌ی منفعل؛ «ایستادن» است نه «افتادن». در تعریف بسیار کلی، خصیصه‌ی فعال عشق را می‌توان این‌گونه بیان کرد که عشق در وهله‌ی اول، *دادن* است نه گرفتن.

دادن چیست؟ به‌نظر می‌رسد پاسخ این پرسش ساده است، ولی به‌راستی پر از ابهامات و پیچیدگی است. رایج‌ترین سوءتفاهم‌ها، این است که فرض بر این گذاشته می‌شود دادن یعنی «از دست‌دادن چیزی»، محروم شدن از چیزی، یا ازخودگذشتگی کردن. کسی که هنوز منشِ او از مرحله‌ی جهت‌گیریِ دریافت کردن، استثمار یا جمع‌آوری فراتر نرفته است، عملِ دادن را این‌گونه ادراک می‌کند. کسی که منش بازاری دارد، مایل است چیزی بدهد به‌شرطی‌که در عوض چیزی بگیرد؛ از نظر او دادن بدون گرفتن به‌معنای فریب خوردن است.[1] کسانی که جهت‌گیری اصلی‌شان، یک جهت‌گیری غیرتولیدی است، احساس می‌کنند دادن باعث فقر می‌شود. بنابِراین بعضی از این جماعت، از دادن امتناع می‌کنند. بعضی‌ها هم هستند که مقامِ دادن را چنان بالا می‌برند که آن را نوعی ازخودگذشتگی می‌دانند. آن‌ها احساس می‌کنند فقط به این دلیل که دادن

---

۱. برای بحث مفصل این جهت‌گیری‌های منش مراجعه کنید به کتاب *انسان برای خویشتن*، نوشته‌ی اریک فروم.

سخت است، فرد ***باید*** به آن مبادرت کند. علت این‌که دادن از نظر آن‌ها فضیلت است و مقامی والا دارد، خودِ عملِ پذیرفتنِ ازخودگذشتگی است. از نظر آن‌ها این هنجار که بهتر است بدهی نه بگیری، به‌معنای آن است که بهتر است عذاب محرومیت را بکشی نه این‌که طعم خوشی را بچشی.

از نظر کسی که منشِ تولیدی دارد، دادن معنایی سراسر متفاوت دارد. دادن، بالاترین مظهر توانایی است. من در عملِ دادن، قدرتم، ثروتم، و نیرویم را احساس می‌کنم. این تجربه‌ی توانایی و سرزندگیِ افزون‌شده، مرا از خوشی سرشار می‌کند. من خود را این‌گونه ادراک می‌کنم که سرریز شده‌ام، هزینه می‌کنم، زنده‌ام و درنتیجه، خوش هستم.[۱] دادن از گرفتن لذت‌بخش‌تر است نه به این دلیل که مایه‌ی محرومیت است، بلکه چون عملِ دادن، مظهرِ زنده بودنِ من است.

تشخیصِ اعتبارِ این اصل، دشوار نیست. با به‌کارگیری آن در مورد پدیده‌های متعددی می‌توان این کار را کرد. ابتدایی‌ترین نمونه‌ی آن، حوزه‌ی آمیزش جنسی است. نقطه‌ی اوجِ کارکرد جنسیِ مردانه، عملِ دادن است؛ مرد، خودش و اندام جنسی‌اش را به زن می‌دهد. وقتی مرد به اوج لذت جنسی می‌رسد منی خود را به زن می‌دهد. اگر او توان جنسی داشته باشد نمی‌تواند ندهد. اگر نتواند بدهد فاقد توان جنسی است. هر چند برای زن این فرایند تا حدی پیچیده‌تر است، ولی متفاوت نیست. او هم خودش

---

۲. مقایسه کنید با تعریف «خوشی» از نظر اسپینوزا.

را می‌دهد؛ او دروازه‌های مرکزِ زنانگی‌اش را می‌گشاید. در حین این‌که می‌گیرد، می‌دهد. اگر قادر نباشد بدهد، اگر فقط بتواند بگیرد، سردمزاج است. در مورد او عملِ دادن باز هم اتفاق می‌افتد، نه به‌عنوان معشوق بلکه به‌عنوان مادر. او از خود به کودکِ در حال رشد که در شکم دارد می‌دهد، به نوزاد شیر می‌دهد؛ گرمای بدنش را می‌دهد. ندادن دردناک است.

در حوزه‌ی امور مادی، دادن به‌معنای غناست. ثروتمند کسی نیست که زیاد *دارد* بلکه کسی است که زیاد *می‌دهد*. محتکری که نگرانِ ازدست‌دادنِ چیزی است، هر قدر هم زیاد داشته باشد، از لحاظ روان‌شناختی فردی فقیر و محروم است. هر کسی که قادر باشد خودش را بدهد ثروتمند است. او خود را به‌عنوان کسی می‌یابد که می‌تواند از خودش به دیگران عطا کند. تنها کسی که نمی‌تواند از عملِ دادن مادی لذت ببرد کسی است که از همه‌ی آنچه فراتر از حداقل ضروریات است محروم شده باشد؛ اما تجربه‌ی روزمره نشان می‌دهد آنچه یک نفر حداقل ضروریات می‌داند، به‌همان اندازه که به دارایی‌های واقعی‌اش بستگی دارد به منشش نیز وابسته است. مشهور است که فقرا بیشتر از ثروتمندان تمایل دارند ببخشند. با وجود این، اگر فقر از مرز معیّنی عبور کند، دادن را ناممکن می‌کند و باعث تحقیر می‌شود، نه‌تنها به سبب رنجی که مستقیماً به‌وجود می‌آورد بلکه به علتِ این واقعیت که فقرا را از لذتِ دادن محروم می‌کند.

با وجود این، مهم‌ترین حوزه‌ی دادن، حوزه‌ی چیزهای مادی نیست بلکه قلمروِ خاصِ بشری است. یک نفر به دیگری چه می‌دهد؟ از خودش می‌دهد؛ از گران‌قیمت‌ترین چیزی که دارد، از زندگی‌اش می‌دِهد. این لزوماً هم به آن معنا نیست که زندگی‌اش را برای دیگری قربانی می‌کند، بلکه به این معناست که چیزی را که در خودش زنده است به دیگری می‌دهد؛ از خوشی، منفعت، درک، آگاهی، شوخ‌طبعی، و اندوهش به او می‌دهد، از همه‌ی مظاهر و تجلیاتی که فرد از آن‌ها زنده است به دیگری می‌دهد. بنابراین وقتی از زندگی‌اش می‌دهد، دیگری را غنی می‌کند و با تقویتِ حسِ زنده بودنِ خودش، حسِ زنده بودنِ یک نفر دیگر را تقویت می‌کند. او نمی‌دهد تا بگیرد؛ دادن به‌خودی‌خود، یک خوشی شدید است. اما وقتی کسی چیزی می‌دهد نمی‌تواند مانع از آن شود که چیزی به زندگیِ یک نفرِ دیگر وارد نشود و این چیزی که وارد زندگی آن فرد شده دوباره به فرد که آن را داده است منعکس می‌شود. وقتی واقعاً می‌دهد نمی‌تواند چیزی را که به او دوباره داده می‌شود دریافت نکند. دادن مستلزم آن است که دیگری نیز دهنده شود و هر دو طرف در خوشی‌ای که وارد زندگی کرده‌اند سهیم باشند. در عملِ دادن، چیزی متولد می‌شود و هر دو طرفی که دخیل هستند از زندگی‌ای که برای هر دو آن‌ها متولد شده سپاسگزارند. این سخن به‌ویژه در مورد عشق صدق می‌کند: عشق، قدرتی است که عشق را تولید می‌کند؛ عجز

یعنی ناتوانی در تولید عشق. این اندیشه به‌زیبایی در سخن مارکس بیان شده است. او می‌گوید: «***انسان را انسان*** و رابطه‌اش را با دنیا رابطه‌ای انسانی فرض کنید. فرض کنید عشق را فقط با عشق و اعتماد را با اعتماد می‌توان مبادله کرد، و الی آخر. اگر دوست داشته باشید از هنر لذت ببرید باید مشق هنر کرده باشید؛ اگر دوست دارید در دیگران تأثیر بگذارید باید کسی باشید که تأثیری به‌راستی برانگیزنده و پیش‌برنده در دیگران دارد. روابطتان با انسان و با طبیعت باید مظهر مشخص زندگی ***واقعی، فردی***‌تان که با مقصودِ اراده‌تان متناظر است باشد. اگر عشق بورزید بدون این‌که عشق را برانگیزید، یعنی اگر عشقتان عشق تولید نکند، اگر شما به‌وسیله‌ی یک *مظهر زندگی*، به‌عنوان عاشق، از خودتان ***معشوق*** نسازید، عشقتان ناتوان است، مصیبت‌بار است.» اما فقط در عشق نیست که دادن به‌معنای گرفتن است. معلم از شاگردانش می‌آموزد، بازیگر به‌وسیله‌ی مخاطبش انگیزش می‌یابد، روانکاو به وسیله‌ی بیمارش درمان می‌شود؛ به این شرط که آن‌ها یکدیگر را شیء تلقی نکنند بلکه با یکدیگر رابطه‌ای صادقانه و ثمربخش داشته باشند.

لازم نیست بر این واقعیت تأکید کنم که توانایی در عشق ورزیدن به‌عنوان عملِ دادن، به رشدِ منشِ فرد بستگی دارد. این مستلزم دستیابی به یک جهت‌گیریِ عمدتاً ثمربخش است. در این جهت‌گیری، فرد بر وابستگی، قدرتِ مطلقِ مبتنی بر خودشیفتگی،

میل به استثمار دیگران یا جمع‌آوری مال، فائق آمده و به قدرت‌های بشری خود ایمان آورده و جرأت پیدا کرده است در دستیابی به اهدافش به قدرت‌های خود تکیه کند. به همان اندازه که فرد فاقد این خصوصیاتْ است از این‌که خودش و درنتیجه، عشق را بدهد می‌ترسد.

گذشته از عنصرِ دادن، خصوصیتِ فعالِ عشق در این واقعیت دیده می‌شود که عشق همیشه مستلزم عناصر اساسی خاصی است که در همه‌ی شکل‌های عشق مشترک‌اند. این‌ها ***مراقبت، مسؤولیت‌پذیری، احترام*** و ***شناخت*** هستند.

این‌که عشق مستلزم ***مراقبت*** است به‌وضوح در عشق مادر به فرزند دیده می‌شود. اگر ببینیم او از نوزادش مواظبت نمی‌کند، از غذا دادن به او، شستشوی او و تأمین آسایش جسمی او غفلت می‌کند، اطمینان حاصل نمی‌کنیم که عشق او به فرزندش صادقانه است؛ و اگر ببینیم از فرزندش مواظبت می‌کند، تحت تأثیر عشق او به فرزند قرار می‌گیریم. در مورد عشق به حیوانات یا گل‌ها هم ماجرا به همین ترتیب است. اگر زنی به ما بگوید عاشقِ گلی است و ما ببینیم فراموش کرده به گل آب بدهد، «عشقِ» او را به گل باور نمی‌کنیم. ***عشق، دغدغه‌ی فعال برای زندگی و رشدِ آن چیزی است که به آن عشق می‌ورزیم.*** در جایی که این دغدغه‌ی فعال وجود نداشته باشد عشقی وجود ندارد. این عنصر عشق به‌زیبایی در صحیفه‌ی یونس نبی بیان شده است.

خداوند به یونس گفت به نینوا برود و به ساکنان آن‌جا هشدار بدهد که اگر دست از کارهای شیطانی خود برندارند آن‌ها را تنبیه خواهد کرد. یونس از این مأموریت می‌گریزد چون می‌ترسد که مردم نینوا توبه کنند و خداوند آن‌ها را ببخشاید. او انسانی است که برای نظم و قانون اهمیت زیادی قائل است؛ ولی فاقد عشق است. با وجود این، وقتی سعی می‌کند بگریزد، خود را در شکم یک ماهی می‌بیند و این نماد انزوا و تنهایی و حبسی است که فقدان عشق و همبستگی به سر او آورده است. خداوند او را نجات می‌دهد و یونس به نینوا می‌رود. او آنچه را خداوند به او گفته بر ساکنان نینوا عرضه می‌کند و همان چیزی که او از آن می‌ترسید رخ می‌دهد. ساکنان نینوا از گناهان خود توبه می‌کنند، خود را اصلاح می‌کنند، و خداوند آن‌ها را می‌بخشد و تصمیم می‌گیرد شهر را نابود نکند. یونس بسیار ناراحت و ناامید می‌شود؛ او می‌خواهد «عدالت» برقرار شود نه رحمت. در پایان، در زیر سایه‌ی درختی که خداوند برای محافظت از او در مقابل خورشید رویانده، آرامش می‌گیرد؛ اما وقتی خداوند آن درخت را پژمرده می‌کند او نیز به خشم می‌آید و خشمگینانه به خداوند شکایت می‌کند. خداوند چنین پاسخ می‌دهد: «تو برای خاطر درختچه‌ای که نه برایش کار کرده‌ای و نه آن را رویانده‌ای دلت می‌سوزد؛ درختچه‌ای که یک‌شبه رویانده شد و یک‌شبه نابود گشت. آیا من نباید از نینوا، این شهر بزرگ، درگذرم؟ شهری که بیش از

یکصدوبیست هزار نفر در آن زندگی می‌کنند، کسانی که دست راست و چپ خود را تشخیص نمی‌دهند با آن‌همه گله‌هایی که دارند؟» پاسخ خداوند به یونس، نمادین است. خداوند به یونس توضیح می‌دهد که عصاره‌ی عشق این است که برای چیزی «کار کنیم» و «چیزی را برویانیم»؛ این‌که عشق و کار از هم جدایی‌ناپذیرند. آدمی به چیزی عشق می‌ورزد که برای آن کار کرده باشد و برای چیزی کار می‌کند که به آن عشق بورزد.

مراقبت و دغدغه، مستلزم بُعد دیگری از عشق است، بُعد *مسؤولیت‌پذیری*. امروزه مسؤولیت‌پذیری در قالب وظیفه معنا می‌شود، آنچه از بیرون بر کسی تحمیل می‌شود. اما مسؤولیت پذیری در معنای صحیح، عملی صددرصد داوطلبانه است؛ مسؤولیت‌پذیری، پاسخ من به نیازهای بیان‌شده یا بیان‌نشده‌ی انسانی دیگر است و «مسؤول» بودن یعنی قادر و آماده بودن به «پاسخ دادن». یونس در قبال ساکنان نینوا احساس مسؤولیت نمی‌کرد. او مثل قابیل گفت: «آیا من محافظ برادرم هستم؟» کسی که عشق بورزد پاسخگوست. زندگی برادرش فقط به برادرش مربوط نیست، بلکه به او هم مربوط است. همچنان که نسبت به خودش احساس مسؤولیت می‌کند نسبت به همنوعش نیز احساس مسؤولیت می‌کند. بخش عمده‌ی این مسؤولیت‌پذیری در مورد مادر و نوزادش، به توجه به نیازهای جسمانی مربوط می‌شود.

مسؤولیت‌پذیری در میان بزرگسالان اغلب به نیازهای روانی طرف مقابل مربوط می‌شود.

اگر عنصر سوم عشق که همان *احترام* است نباشد، مسؤولیت‌پذیری می‌تواند به‌راحتی به سلطه و احساس تملک تنزل پیدا کند. احترام، ترس و وحشت نیست؛ کلمه‌ی انگلیسیِ respect (احترام) از ریشه‌ی respicere (به‌معنای نگاه کردن) گرفته شده است؛ یعنی این‌که توانایی یک نفر را همان‌طور که هست ببینیم؛ یعنی از فردیتِ یگانه‌ی او آگاه باشیم. احترام به‌معنای این دغدغه است که دیگری نیز باید همان‌طور که هست رشد کند و شکوفا شود. پس احترام به‌معنای دست کشیدن از استثمار است. می‌خواهم معشوق برای خاطر خودش و در راه خودش رشد کند و شکوفا شود، نه به این سبب که به من خدمت کند. اگر به کسی عشق می‌ورزم با او احساس یگانگی می‌کنم؛ با او چنان‌که *او* هست، نه چنان‌که من نیاز دارم، از او به‌عنوان یک شیء استفاده کنم. روشن است که احترام قائل شدن فقط درصورتی امکان دارد که من به استقلال رسیده باشم؛ در صورتی که من بتوانم بدون کمک عصا بایستم و راه بروم، بدون این‌که مجبور باشم بر دیگری سلطه یابم و او را استثمار کنم. همان‌طور که یک ضرب‌المثل فرانسوی می‌گوید: «عشق، فرزند آزادی است» نه فرزند سلطه.

نمی‌توان به کسی احترام گذاشت بدون این‌که او را شناخت؛ اگر مراقبت و مسؤولیت‌پذیری به مدد شناخت هدایت نشود کورکورانه خواهد بود. اگر شناخت از طریق دغدغه سبب انگیزش نشود، پوچ خواهد بود. شناخت لایه‌های فراوان دارد؛ شناختی که بُعدی از عشق باشد، در حاشیه نمی‌ماند بلکه در عمق نفوذ می‌کند. چنین شناختی فقط درصورتی ممکن است که بتوانم از دغدغه‌ی خود را داشتن فراتر بروم و دیگری را بر اساس اوضاع و احوال خودش ببینم. برای مثال، من می‌دانم که یک نفر عصبانی است، حتی اگر این عصبانیت را آشکارا نشان ندهد. ولی اگر او را عمیق‌تر از این بشناسم، درمی‌یابم او مضطرب و نگران است؛ می‌دانم که او احساس تنهایی و گناه می‌کند. در این صورت می‌دانم عصبانیت او فقط مظهر چیزی عمیق‌تر است. درنتیجه، بیشتر، او را کسی می‌دانم که نگران و ناراحت است، یعنی عذاب می‌کشد؛ نه کسی که عصبانی است.

شناخت، رابطه‌ی بنیادی‌تر دیگری با مقوله‌ی عشق دارد. نیاز بنیادی به آمیختن با یک نفر دیگر به منظور فراتر رفتن از زندانِ جداییِ خویشتن، رابطه‌ای نزدیک با میلِ به‌ویژه بشریِ دیگری دارد که همانا میل به شناختِ «راز انسان» است. با این‌که عشق در ابعادِ زیست‌شناختی خودش معجزه و راز است، انسان نیز در ابعاد بشری‌اش رازی است که برای خودش– و برای همنوعانش– ناگشودنی است. ما خودمان را می‌شناسیم و درعین‌حال، با همه‌ی تلاشی که می‌کنیم خودمان را نمی‌شناسیم. همنوع‌مان را

می‌شناسیم و درعین‌حال، او را نمی‌شناسیم چون شیء نیستیم و همنوع‌مان نیز شیء نیست. هرچه بیشتر به عمق وجودمان و وجود دیگران می‌رسیم، هدف شناخت، بیشتر از دست‌مان می‌گریزد. با وجود این، نمی‌توانیم میلی نداشته باشیم به نفوذ در رازِ روحِ بشر و در درونی‌ترین هستیِ «او».

راه دیگری که ناامیدکننده هم هست برای شناخت این راز وجود دارد: تسلط کامل بر دیگری؛ این قدرت که باعث می‌شود دیگری کاری را که ما می‌خواهیم، انجام دهد؛ آنچه را می‌خواهیم احساس کند؛ همان‌گونه که می‌خواهیم فکر کند. این باعث می‌شود او به یک شیء ، به شیءِ ما، به داراییِ ما تبدیل شود. درجه‌ی نهاییِ شناخت و این تلاش برای شناخت در دیگرآزاری نمود پیدا می‌کند، میل و توانایی این‌که دیگری را آزار و رنج دهیم؛ او را شکنجه کنیم، او را واداریم که در حین عذاب کشیدن، رازش را آشکار کند. در این میلِ شدید برای نفوذ به عمق راز یک انسان، راز او و درنتیجه، راز خودمان، انگیزه‌ی بنیادین برای عمق و شدت بی‌رحمی و نابودگری نهفته است. این صورت ذهنی، به شکل بسیار موجزی از زبان ایزاک بابل بیان شده است. او از قول یک افسر همکار در جنگ داخلی روسیه که چندی پیش از آن رئیس قبلی خود را زیر ضربات لگد کشته بود می‌گوید: «با تیراندازی فقط از شرّ یک یارو خلاص می‌شوید... با تیراندازی هرگز به روح نمی‌رسید، به جایی که آن روح در یک آدم است و خودش را نشان می‌دهد نمی‌رسید. من از

هیچ‌چیز دریغ نمی‌کنم و این اولین‌بار نیست که یک دشمن را به‌مدت بیش از یک ساعت زیر لگد گرفته‌ام. می‌دانی، می‌خواهم بدانم جان به‌راستی چیست، در مسیرمان با چه‌جور جانی روبه‌رو هستیم[1].»

در بچه‌ها غالباً این مسیر شناخت را کاملاً آشکارا می‌بینیم. بچه یک چیز را اوراق می‌کند و تکه‌تکه می‌کند تا آن را بشناسد یا یک حیوان را مثله می‌کند. بال‌های یک پروانه را بی‌رحمانه می‌درد تا آن را بشناسد و به راز آن پی ببرد. انگیزه‌ی خودِ بی‌رحمی، چیزی است عمیق‌تر: میل به شناختِ راز چیزها و راز حیات.

مسیرِ دیگرِ شناختِ «راز»، عشق است. عشق، نفوذ فعال به درون یک نفر دیگر است که در این نفوذ، پیوند باعث می‌شود میل به شناخت فروکش کند. در عملِ آمیختن، من شما را می‌شناسم، خودم را می‌شناسم، همه را می‌شناسم؛ و درعین‌حال، هیچ‌چیز را «نمی‌شناسم». می‌دانم فقط شناخت چیزی برای انسان امکان دارد که زنده باشد از طریق تجربه‌ی پیوند. شناختی که اندیشه‌مان می‌تواند به دست بدهد چنین امکانی را ایجاد نمی‌کند. انگیزه‌ی دیگرآزاری، میل به شناخت راز است. با وجود این، انسان مثل گذشته غافل می‌ماند. من دیگری را مثله می‌کنم و نتیجه‌ی آن فقط نابودی اوست. عشق تنها روش شناخت است که در عملِ پیوند به جستجو و کاوش من پاسخ می‌دهد. در عملِ

1. I. Babelm, *The Collected Stories*, Criterion Books, New York, 1955.

عشق و رسیدن، در عملِ خود را دادن، در عملِ نفوذ در فرد دیگر، خودم را می‌یابم، خودم را کشف می‌کنم، هردومان را کشف می‌کنم، انسان را کشف می‌کنم.

میل به شناخت خویشتن و شناخت همنوع‌مان در ندای سروشِ شهرِ دلفی[1] بیان شده است: «خودت را بشناس.» این مهم‌ترین بخش کل روان‌شناسی است. اما از آن‌جا که میل به شناختِ کل بشر، درونی‌ترین راز است، این میل هیچ‌گاه نمی‌تواند با شناخت معمولی، صرفاً با شناخت فکری برآورده شود. همان‌طور که همنوع‌مان هنوز برای‌مان معماست، ما هم هنوز برای خودمان معما هستیم. تنها راه شناخت کامل، عمل عشق ورزیدن است: این عمل از فکر و کلمات فراتر می‌رود؛ شیرجه‌ی شجاعانه به درون تجربه‌ی پیوند است. با وجود این، شناخت فکری یعنی شناخت روان‌شناختی، شرط لازم برای همه‌ی شناخت‌ها در عمل عشق است. من باید خودم و دیگری را به‌صورت علمی بشناسم تا بتوانم واقعیت او را ببینم؛ یا به عبارت بهتر، بر پندارها و تصویر مخدوش و غیرمنطقی‌ای که از او دارم غلبه کنم. فقط درصورتی‌که یک انسان را به‌صورت عینی بشناسم می‌توانم ذات نهایی او را در فرایند عشق‌ورزی بشناسم.[2]

---

۱. *Delphi*؛ شهری در یونان باستان که ندای غیبیِ خدایان در آن‌جا به گوش می رسید. ـ م.

۱. سخن فوق، اشاره‌ی ضمنی مهمی برای نقش روان‌شناسی در فرهنگ غرب دارد. هر چند محبوبیت زیاد روان‌شناسی قطعاً نشان‌دهنده‌ی علاقه به شناخت انسان است، ولی فقدان عشق را امروزه در روابط انسانی آشکار می‌کند. بنابراین، شناخت روان‌شناسانه، جایگزینی برای شناخت کامل عمل عشق می‌شود به‌جای آن‌که گامی به‌سوی آن باشد.

مسأله‌ی شناخت انسان، مثل مسأله‌ی دینی شناخت خداست. در الهیات متعارف غربی تلاش می‌شود تا خدا به مدد فکر شناخته شود، تا گزاره‌هایی درباره‌ی خدا بیان شود. فرض بر این است که من می‌توانم در ذهنم خدا را بشناسم. در عرفان که نتیجه‌ی یکتاپرستی است (و بعد به آن خواهم پرداخت) دست از تلاش برای شناخت خدا از راهِ ذهن کشیده می‌شود و تجربه‌ی وحدت با خدا که در آن جایی برای شناخت خدا ـ و همچنین نیازی به آن ـ وجود ندارد جای آن را می‌گیرد.

تجربه‌ی وحدت در انسان، یا از نظر دینی، اتصال با خدا، به‌هیچ‌وجه غیر عقلانی نیست. در مقابل، همان‌طور که آلبرت شوایتزر خاطر نشان کرده است این تجربه نتیجه‌ی عقل‌گرایی، و شجاعانه‌ترین و رادیکال‌ترین نتیجه‌ی آن است. این تجربه بر اساس شناخت ما از بنیادی‌ترین محدودیت‌های شناخت ماست نه تصادفی‌ترین محدودیت‌های شناخت ما؛ این شناخت است که هیچ‌گاه به راز انسان و جهان «پی نخواهیم برد» ولی با وجود این می‌توانیم این راز را در فرایند عشق‌ورزی بشناسیم. روان‌شناسی به‌عنوان علم، محدودیت‌هایی دارد و از آن‌جا که نتیجه‌ی منطقی الهیات، عرفان است، پس نتیجه‌ی نهایی روان‌شناسی، عشق است.

مراقبت، مسؤولیت‌پذیری، احترام و شناخت، به‌طور متقابل به یکدیگر وابسته‌اند. آن‌ها مجموعه‌ی از طرز برخوردها و نگرش‌هایی هستند که قرار است در هر فرد بالغ پیدا شوند؛ یعنی در فردی که قدرت‌های خودش را به‌صورت ثمربخش توسعه می‌دهد، کسی که

فقط می‌خواهد چیزی را داشته باشد که برای آن کار کرده، کسی که رؤیاهای آمیخته با خودشیفتگی دانش مطلق و قدرت مطلق را ترک کرده، کسی که بر اساس قدرتی درونی که فقط فعالیت صادقانه‌ی ثمربخش می‌تواند آن را به‌دست بدهد، فروتنی کسب کرده باشد.

تا به این‌جا از عشق به‌عنوان غلبه بر جدایی بشری، برآوردن نیاز به یگانگی صحبت کرده‌ام. اما بالاتر از نیاز جهان‌شمول و وجودی به وحدت، یک نیاز دقیق‌تر زیستی مطرح می‌شود: میل به یگانگی بین قطب‌های مذکر و مؤنث. صورت ذهنی این قطبیت در چشمگیرترین حالت خود بر اساس این اسطوره بیان می‌شود که ابتدا زن و مرد یکی بودند، سپس از وسط نصف شدند و از آن زمان به بعد هر مردی به‌دنبال نیمه‌ی مؤنث گم‌شده‌ی خود است تا دوباره با او یکی شود (همین نظریه‌ی پیوند اولیه‌ی زن و مرد، در قصه‌ای در کتاب مقدس نیز آمده است که بیان می‌کند حوا از دنده‌ی آدم پدید آمد. با وجود این، در این داستان و در معنای حقیقی پدرسالاری، زن نسبت به مرد در درجه‌ی دوم اهمیت قرار دارد). معنای این داستان به‌اندازه‌ی کافی روشن است. قطبیتِ جنسی، انسان را وادار می‌کند به‌شیوه‌ای خاص به‌دنبال پیوند با جنس مخالف باشد. قطبیت بین زن و مرد در درون هر مرد و زنی هست. همان‌طور که از لحاظ فیزیولوژیکی، مرد و زن هورمون‌های جنسِ مخالف را هم دارند، از لحاظ روان‌شناختی نیز دوجنسه هستند. آن‌ها در خودشان اصلِ

گرفتن و اصلِ نفوذ، اصل ماده و اصل روح را دارند. مرد و زن پیوند درونی خود را تنها در پیوند با قطبیت زنانه و مردانه‌اش می‌یابد. این قطبیت، مبنای همه‌ی خلاقیت‌هاست.

قطبیت مردانه ـ زنانه مبنای خلاقیت بین‌فردی نیز هست. این سخن از لحاظ زیست‌شناسی با این واقعیت روشن می‌شود که پیوند اسپرم و تخمک مبنای تولد کودک است. در قلمرو جوانی نیز قضیه فرقی نمی‌کند؛ در عشق بین زن و مرد، هر یک از آن‌ها دوباره متولد می‌شود (انحراف همجنس‌گرایی، شکست در رسیدن به این پیوند قطبی‌شده است و درنتیجه از درد جدایی که هیچ‌گاه خاتمه نمی‌یابد، این شکستی است که فردِ ناهمجنس‌خواهی هم که نمی‌تواند عشق بورزد، بدان دچار شده است).

همین اصل قطبیت زن و مرد در طبیعت یافت می‌شود؛ نه‌تنها در حیوانات و گیاهان بلکه در قطبیتِ دو کارکرد بنیادی، یعنی کارکردهای گرفتن و نفوذ کردن به‌وضوح دیده می‌شود، مثل قطبیتِ زمین و باران، رودخانه و اقیانوس، شب و روز، تاریکی و نور، ماده و روح. این اندیشه به زیبایی از زبان شاعر و عارف مسلمان، مولانا جلال‌الدین رومی، بیان شده است:

هیچ عاشق خود نباشد وصلجو — که نه معشوقش بود جویای او
چون در *این* دل برق مهر دوست جست — اندر *آن* دل دوستی می‌دان که هست
در دل تو مهر حق چون شد دوتو — هست حق را بی‌گمانی مهر تو
هیچ بانگ کف زدن ناید به در — از یکی دست تو، بی‌دستی دگر

حکمت حق در قضا و در قدر / کرد ما را عاشقان همدگر
جمله اجزای جهان زان حکم پیش / جفت جفت و عاشقان جفت خویش
آسمان مرد و زمین زن در خرد / هرچه آن انداخت این می‌پرورد
چون نماند گرمی‌اش بفرستد او / چون نماند تری و نم بدهد او
هست سرگردان فلک اندر زمن / همچو مردان گرد مکسب بهر زن
وین زمین کدبانوی‌ها می‌کند / بر ولادات و رضاعش می‌تند
پس زمین و چرخ را دان هوشمند / چون‌که کار هوشمندان می‌کند
گرنه از هم این دو دلبر می‌مزند / پس چرا چون جفت در هم می‌خزند
بی زمین کی گل بروید و ارغوان / پس چه زاید ز آب و تاب آسمان؟
میل اندر مرد و زن حق زان نهاد / تا بقا یابد جهان زین اتحاد
میل هر جزوی به جزوی هم نهد / ز اتحاد هر دو تولیدی زهد
روز و شب ظاهر دو ضد و دشمنند / لیک هر دو یک حقیقت می‌تنند
هر یکی خواهان دگر را همچو خویش / از پی تکمیل فعل و کار خویش
زان‌که بی‌شب دخل نبود طبع را / پس چه اندر خرج آرد روزها

مسأله‌ی قطبیت مرد- زن به بحث دیگری در مورد عشق و آمیزش جنسی مربوط می‌شود. پیش‌تر، از این اشتباه فروید سخن گفته‌ام که او عشق را فقط و فقط مظهر- یا حالت **تصعیدیافته‌ی** - غریزه‌ی جنسی می‌داند و به این نکته پی نمی‌برد که میل جنسی، یک مظهر نیاز به عشق و پیوند است؛ اما اشتباه فروید، بزرگ‌تر از این‌هاست. او در راستای مادی‌گرایی فیزیولوژیکی‌اش، غریزه‌ی جنسی را نتیجه‌ی یک تنش شیمیایی در بدن می‌داند که دردناک است و در پی خلاصی و التیام می‌گردد. هدف نیاز جنسی، برطرف کردن این تنش

دردناک است؛ رضایتمندی جنسی، در این برآورده شدن است. اعتبار این دیدگاه فقط تا همین حد است که عملکرد میل جنسی مثل گرسنگی یا تشنگی‌ای است که اندامی وقتی غذای کافی دریافت نکند دچار آن می‌شود. در این مفهوم، میل جنسی یک خواهش است و رضایتمندی جنسی، برطرف کردن آن خواهش است. در واقع، تا آن‌جا که به این تلقی از جنسیت مربوط می‌شود، خودارضایی، رضایتمندیِ جنسیِ ایده‌آل است. آنچه فروید به نحو تناقض‌آمیزی از آن غفلت می‌کند جنبه‌ی روانی- زیستیِ جنسیت، قطبیتِ مذکر- مؤنث و میل به پل زدن بین این دو قطب به‌وسیله‌ی پیوند است. احتمال دارد مردسالاریِ افراطی، مسیر این اشتباهِ عجیب را هموار کرده و به این فرضیه منتهی شده باشد که جنسیت به‌خودی‌خود مذکر است و درنتیجه، همین باعث شده که او از جنسیت خاص مؤنث غفلت کند. او این نظریه را در *اثری باعنوان «سه مقاله درباره‌ی آمیزش جنسی»*[1] بیان می‌کند و می‌گوید لیبیدو، چه در مرد باشد چه در زن، «ماهیت مذکر» دارد. همین ایده به‌نحوه‌ی توجیه‌شده‌ای در نظریه‌ی فروید بیان می‌شود، آن‌جا که می‌گوید پسربچه، زن را یک مرد اخته می‌داند و خود زن به‌دنبال روش‌های جبرانی متعدد برای فقدان آلت مردانه است. اما زن، مردِ اخته نیست و جنسیت او به‌طور خاصی زنانه است، جنسیت او «ماهیتِ مذکر» ندارد.

1. *Three Contributions to the theory of Sex*

انگیزه‌ی جاذبه‌ی جنسی بین جنس‌ها فقط تاحدی عبارت است از نیاز به برطرف کردن این تنش؛ بلکه به‌طور عمده عبارت است از نیاز به پیوند با قطب دیگر جنسی. درواقع، جذبه‌ی اروتیک به‌هیچ‌وجه فقط بر اثر جاذبه‌ی جنسی مطرح نمی‌شود. مردانگی و زنانگی هم در **منش** است و هم در ***کارکرد جنسی***. منش مردانه را می‌توان منشی تعریف کرد که دارای خصوصیات دخول، راهنمایی، فعالیت، انضباط و ماجراجویی است. خصوصیات منش زنانه، پذیرندگیِ تولیدی، مراقبت، واقع‌گرایی، بردباری، مادرانگی است (همیشه باید به‌یاد داشته باشید که در هر فرد، هر دو نوع خصوصیت‌ها درهم آمیخته، ولی برتری و فراوانی یک‌گونه از آن‌ها با توجه به «جنسیتِ» فرد فرق می‌کند). اغلب اگر خصیصه‌های ***منشیِ*** مردانه‌ی مرد به‌علت این‌که او بچه مانده است ضعیف شده باشد، او سعی خواهد کرد با تأکید انحصاری بر نقش مردانه‌اش در ***آمیزش جنسی***، این کمبود را جبران کند. نتیجه‌ی آن می‌شود دون‌ژوان، که نیاز دارد مهارت و توانمندی خود را در آمیزش جنسی ثابت کند چراکه از لحاظ منش‌شناختی از مردانگی خود مطمئن نیست. وقتی عجز مردانگی شدیدتر باشد، دیگرآزاری (استفاده از زور) به جایگزین اصلی- و انحرافی- برای مردانگی تبدیل می‌شود. اگر جنسیت زنانه ضعیف یا منحرف شود، به خودآزاری یا احساس تملک (انحصارطلبی) تبدیل می‌شود.

فروید به‌دلیل ارزش بیش از حدی که برای آمیزش جنسی قائل بود مورد انتقاد قرار گرفته است. آنچه اغلب باعث این انتقاد می‌شد تمایل به حذف عنصری از نظام فروید بود که انتقاد و خصومت را در بین کسانی که طرز فکر سنتی داشتند برمی‌انگیخت. فروید با تیزبینی این انگیزه را حس کرد و به همین دلیل به هر تلاشی دست زد تا نظریه‌ی خود را در مورد آمیزش جنسی عوض کند. درواقع، در عصر فروید، نظریه‌ی او یک ویژگی چالش‌برانگیز و انتقادی داشت؛ اما آنچه در حول و حوش سال ۱۹۰۰ میلادی صحیح بود پنجاه سال بعد دیگر صحیح نبود. آداب و رسوم جنسی چنان تغییر کرده که نظریه‌های فروید دیگر برای طبقات متوسط غربی تکان‌دهنده نیست، و این نوعی رادیکالیسم دون‌کیشوت‌گونه است که تحلیلگران سنتی امروزی خیال می‌کنند در دفاع از نظریه‌های جنسی فروید، شجاع و رادیکال هستند. درواقع، نوع روانکاوی آن‌ها، همرنگی با جماعت است و آن‌ها سعی نمی‌کنند سؤالات روان‌شناختی‌ای را مطرح کنند که به نقد جامعه‌ی امروزی منجر شود.

انتقاد من از نظریه‌ی فروید این نیست که او بیش از حد بر آمیزش جنسی تأکید کرد، بلکه این است که او از شناخت کافی و عمیق آمیزش جنسی بازماند. او در کشف اهمیت شور و شوق بین‌فردی، گام اول را برداشت و بر طبق فرضیه‌های فیلسوفانه‌ی خود، آن‌ها را به‌صورت فیزیولوژیکی تشریح کرد. با پیشرفت بیشتر روانکاوی لازم است مفهوم مورد نظر فروید را تصحیح و عمیق

سازیم و این کار را از طریق تبدیل بینش‌های فروید از حوزه‌ی فیزیولوژیک به حوزه‌ی زیستی و وجودی انجام دهیم.[۱]

## ۲. عشق بین والدین و فرزند

اگر یک بخت نیک، نوزاد را از آگاهی از اضطرابی که در جدایی از مادر، و در جدایی از وجودِ درون‌رحمی، محافظت نمی‌کرد، نوزاد در زمان تولد ترس از مرگ را احساس می‌کرد. حتی بعد از این‌که نوزاد متولد می‌شود با آنچه قبل از تولد بوده فرقی نمی‌کند؛ نمی‌تواند اشیا را تشخیص دهد، هنوز از خودش و از دنیای بیرون از خودش آگاه نیست. فقط تحریک مثبت گرما و غذا و منبع آن را که مادر باشد تشخیص نمی‌دهد. مادر گرماست، مادر غذاست، مادر عطش رضایت و امنیت *است*. اگر بخواهیم از اصطلاحات فروید استفاده کنیم باید بگوییم این حالت، خودشیفتگی است. واقعیتِ بیرون، چه اشخاص چه اشیا، فقط از نظر برآورده کردن یا نکردن حالت درونی بدن معنا دارند. فقط چیزی که در درون است واقعی است؛ آنچه بیرونی است فقط از منظر نیازهای کودک، واقعی است و نه از نظر خصوصیات یا اقتضائات خود آن چیز.

---

۱ . فروید خودش در این جهت در مفهوم بعدی‌ای که از غرایز زندگی و مرگ ارائه داد گام نخست را برداشت. مفهوم مورد نظر او از اولی (اروس) به‌عنوان اصل ترکیب (سنتز) و یکی شدن با مفهوم مورد نظر او از لیبیدو در دو سطح کاملاً متفاوت هستند، اما برخلاف این واقعیت که نظریه‌ی غرایز زندگی و مرگ توسط تحلیلگرانِ متعارف پذیرفته شد، این پذیرش منجر به بازنگری بنیادی مفهوم لیبیدو به‌ویژه در حوزه‌ی کار بالینی نشد.

وقتی کودک رشد می‌کند و بزرگ می‌شود می‌تواند چیزها را آن‌گونه که هستند درک کند؛ رضایتمندی از دریافت غذا از نوک پستان سینه‌ی مادر حاصل می‌شود. درنهایت، کودک تشنگی‌اش، شیر رضایت‌بخش، سینه و مادر را به‌عنوان چیزهای متفاوت درک و لمس می‌کند. یاد می‌گیرد خیلی چیزهای دیگر متفاوت‌اند و وجودی مستقل دارند. در این مرحله، یاد می‌گیرد چیزها را نام‌گذاری کند. یاد می‌گیرد آتش داغ و دردناک است، بدنِ مادر، گرم و لذت‌بخش است، چوب سفت و سنگین است، کاغذ سبک است و می‌توان آن را پاره کرد. یاد می‌گیرد چگونه با دیگران برخورد کند. وقتی غذا می‌خورم مادر لبخند می‌زند، وقتی گریه می‌کنم مادر مرا در آغوش می‌گیرد، وقتی اجابت مزاج می‌کنم او مرا تحسین می‌کند. همه‌ی این تجربه‌ها در این تجربه متبلور و منسجم می‌شوند: ***به من عشق ورزیده می‌شود.*** به من عشق ورزیده می‌شود چون بچه‌ی مادرم هستم. به من عشق ورزیده می‌شود چون درمانده‌ام. به من عشق ورزیده می‌شود چون قشنگ و ستودنی‌ام. به من عشق ورزیده می‌شود چون مادر به من نیاز دارد. در کل می‌توان گفت: ***برای خاطر آنچه هستم به من عشق ورزیده می‌شود*** یا شاید به عبارت دقیق‌تر بتوان گفت ***به من عشق ورزیده می‌شود چون هستم.*** این تجربه که مادر به من عشق می‌ورزد، تجربه‌ای انفعالی است. مجبور نیستم کاری انجام بدهم تا به من عشق ورزیده شود. عشق مادر نامشروط است. تنها کاری که باید بکنم این است که باشم،

بچه‌ی او باشم. عشق مادر، سعادت است، آرامش است، لازم نیست کسب شود و مستلزم شایستگی نیست. ولی این خصوصیت نامشروط عشق مادر یک بُعد منفی نیز دارد. نه‌تنها مستلزم شایستگی نیست بلکه ***نمی‌تواند*** کسب، تولید، و مهار شود. اگر وجود داشته باشد مثل یک موهبت است، اگر وجود نداشته باشد گویی همه‌ی زیبایی زندگی از بین رفته است و هیچ کاری وجود ندارد که بتوانم انجام دهم تا آن را بیافرینم.

برای اغلب بچه‌هایی که به محدوده‌ی سنی هشت‌ونیم تا ده سال نرسیده‌اند[1]، این مسأله کم‌وبیش منحصر می‌شود به این‌که **مورد *عشق‌ورزی قرار بگیرند*؛** مورد عشق‌ورزی قرار بگیرند صرفاً به خاطر آنچه هستند. بچه‌ای که به این سن رسیده باشد هنوز عشق نمی‌ورزد. او به این‌که دیگران به او عشق بورزند با سپاس و شادی پاسخ می‌دهد. در این مرحله از رشد کودک، عامل تازه‌ای وارد می‌شود: احساس جدید تولید عشق بر اثر فعالیت خودش. بچه برای اولین‌بار به این فکر می‌افتد که چیزی را به مادر (یا پدر) **بدهد**، چیزی را تولید کند؛ اعم از یک شعر، نقاشی یا هرچیز دیگر. برای اولین‌بار در زندگی بچه، ایده‌ی عشق از «دیگران به او عشق بورزند» به «او به دیگران عشق بورزد» تبدیل می‌شود. سال‌ها طول می‌کشد تا این شروعِ نخست به عشق بالغانه تبدیل شود. درنهایت، بچه که به‌احتمال قوی نوجوان شده است بر خودمحوری‌اش غلبه می‌کند؛

۱. مقایسه کنید با توصیف سالیوان از این روند رشد در کتاب او به‌نام *نظریه‌ی بین‌فردی روانپزشکی*.

دیگران در وهله‌ی نخست، وسیله‌ای برای برآوردن نیازهای او نیستند. نیازهای دیگران به‌اندازه‌ی نیازهای خودش مهم است. در واقع، آن‌ها مهم‌تر شده‌اند. دادن، رضایت‌بخش‌تر و لذت‌بخش‌تر از گرفتن شده است؛ عشق ورزیدن حتی از بهره‌مندی از عشق مهم‌تر شده است. او با عشق ورزیدن، سلول زندان تنهایی و انزوا را که از خودشیفتگی و خودمداری تشکیل شده ترک کرده است و احساس پیوند جدید، مشارکت، و یگانگی می‌کند. علاوه بر این، با تولید عشق به‌مدد عشق ورزیدن، احساس کفایت می‌کند، نه این‌که با دریافت کردن از طریق عشقی که نثارش می‌شود، احساس وابستگی کند. بر اثر این احساس وابستگی مجبور می‌شود کوچک، درمانده، بیمار- یا «خوب»- باشد. عشق کودکانه از این اصل پیروی می‌کند: ***«عشق می‌ورزم چون به من عشق ورزیده می‌شود.»*** عشق بالغانه از این اصل پیروی می‌کند: ***«به من عشق ورزیده می‌شود چون عشق می‌ورزم.»*** عاشق نابالغ می‌گوید: ***«به تو عشق می‌ورزم چون به تو نیاز دارم.»*** عاشق بالغ می‌گوید: ***«به تو نیاز دارم چون به تو عشق می‌ورزم.»***

رشدِ ***ظرفیت*** عشق، رابطه‌ای تنگاتنگ با رشد ***معشوق*** دارد. کودک در اولین ماه‌ها و سال‌های زندگی خود، نزدیک‌ترین دلبستگی را به مادر دارد. این دلبستگی قبل از لحظه‌ی تولد شروع می‌شود، وقتی مادر و بچه هرچند دو تا هستند؛ ولی هنوز یکی محسوب می‌شوند. تولد، این وضعیت را از بعضی جهات تغییر می‌دهد؛ ولی نه آن‌قدر که آشکار باشد. کودک با این‌که حالا در بیرون از رحم زندگی

می‌کند، هنوز به‌طور کامل به مادر وابسته است: یاد می‌گیرد راه برود، حرف بزند و به‌تنهایی دنیا را بکاود. رابطه با مادر مقداری از اهمیت حیاتی خود را از دست می‌دهد و درعوض، رابطه با پدر، مهم‌تر و مهم‌تر می‌شود.

اگر بخواهیم این تغییر رویکرد از مادر به پدر را درک کنیم باید به تفاوت‌های اساسی کیفی بین عشق مادرانه و عشق پدرانه توجه کنیم. پیش‌تر در مورد عشق مادرانه صحبت کردیم. عشق مادرانه بنا به ذات و ماهیتش نامشروط است. مادر به نوزاد عشق می‌ورزد چون کودک هر شرط خاص یا انتظار خاص را برآورده است (البته وقتی این‌جا از عشق مادر و پدر سخن می‌گویم منظورم «گونه‌ای آرمانی» است که ماکس وبر[1] از آن سخن می‌گوید، یا کهن‌الگوی مورد نظر یونگ[2]، و منظور من این نیست که هر پدر و مادری این‌گونه به فرزند خود عشق می‌ورزد. من به اصل مادری و پدری اشاره می‌کنم که در هر کسی که مادرانه و پدرانه رفتار کند نشان داده می‌شود). عشق نامشروط متناظر است با یکی از عمیق‌ترین آرزوها، نه‌فقط در مورد بچه بلکه در مورد هر انسانی. از طرف دیگر، اگر به کسی به سبب شایستگی یا محاسنش عشق ورزیده شود، این عِشق همیشه با تردیدی همراه است؛ شاید او کسی را که می‌خواهد به او عشق بورزد راضی نکند، شاید چنان شود یا چنین شود. همیشه این ترس وجود دارد که ممکن است عشق از بین برود. علاوه بر این، عشقِ

---

1. *Max Weber*
2. *Jung*

«مبتنی بر شایستگی و استحقاق» همیشه این احساس تلخ را بر جای می‌گذارد که معشوق برای خاطر خودش دوست داشته نمی‌شود، بلکه *فقط* برای خاطر خوشی‌ای که ایجاد می‌کند دوست داشته می‌شود و در تحلیل نهایی، دوست داشته نمی‌شود بلکه مورد سوء استفاده قرار می‌گیرد. عجیب نیست که همه‌ی ما از بچه گرفته تا بزرگسال، به عشق مادرانه چنگ می‌زنیم و تمنای آن را داریم. اکثر بچه‌ها به‌قدر کفایت خوش‌اقبال هستند که (تا حدی که در ادامه بحث خواهیم کرد) از عشق مادرانه بهره‌مند شوند. برآورده کردن این تمنا برای بزرگسالان بسیار مشکل‌تر است. در رضایت‌بخش‌ترین حالتِ رشد، این تمنا یک عنصرِ عشقِ بهنجار اروتیک باقی می‌ماند و بیشتر به شکل‌های دینی و اغلب به شکل‌های روان‌رنجورانه بروز می‌کند.

رابطه با پدر کاملاً متفاوت است. مادر، خانه‌ای است که از آن بیرون می‌آییم، طبیعت است، خاک است، دریاست. پدر نماینده‌ی چنین خانه‌ی طبیعی‌ای نیست. او در سال‌های آغازینِ زندگیِ کودک، رابطه‌ی اندکی با کودک دارد و اهمیتش برای کودک در این دوره‌ی نخستین زندگی، با اهمیت مادر قابل مقایسه نیست. با وجود این، هرچند پدر نماینده‌ی دنیای طبیعی نیست، نماینده‌ی قطبِ دیگرِ وجودِ بشری است: دنیای تفکر، چیزهای ساخت بشر، قانون و نظم، انضباط، سفر و ماجراجویی. پدر کسی است که به بچه آموزش می‌دهد و راه و رسم دنیا را به او نشان می‌دهد.

آنچه با این کارکرد رابطه‌ای تنگاتنگ دارد، کارکردی است که به رشد اجتماعی ـ اقتصادی مربوط می‌شود. وقتی مالکیت خصوصی به‌وجود آمد و وقتی مالکیت خصوصی از طریق ارث به یکی از پسرها منتقل شد، پدر شروع کرد به جستجو برای یافتنِ پسری که بتواند اموالش را برای او بگذارد. به‌طور طبیعی پسر، مناسب‌ترین گزینه‌ای بود که برای جانشینی به ذهن پدر می‌رسید، پسری که بیشتر از همه به او شبیه باشد و درنتیجه، او را بیشتر از همه دوست داشته باشد. عشق پدرانه، عشق مشروط است. بر اساس این اصل: «من به تو عشق می‌ورزم چون انتظارات مرا برآورده می‌کنی، چون وظیفه‌ات را انجام می‌دهی، چون شبیه من هستی.» در عشقِ مشروطِ پدرانه نیز مثل عشقِ نامشروطِ مادرانه، یک جنبه‌ی منفی و یک جنبه‌ی مثبت وجود دارد. جنبه‌ی منفی، این واقعیت است که بهره‌مندی از عشق پدرانه مستلزم شایستگی است و اگر کسی کاری را که از او انتظار می‌رود انجام ندهد، چه‌بسا عشق از بین برود. در طبیعتِ عشقِ پدرانه این واقعیت وجود دارد که فرمان‌برداری، فضیلت بزرگ است و نافرمانی، گناه بزرگ. مجازات آن، دریغ داشتنِ عشقِ پدرانه است. جنبه‌ی مثبت آن نیز به همین اندازه مهم است. از آن‌جا که عشقِ پدر، مشروط است، من می‌توانم کاری را انجام دهم تا این عشق را کسب کنم، می‌توانم برای آن کار کنم، عشق او به‌اندازه‌ی عشق مادرانه از حیطه‌ی اختیارم خارج نیست.

نگرش‌های پدر و مادر به بچه متناظر است با نیازهای خودِ بچه. کودک هم از لحاظ فیزیولوژیکی و هم از لحاظ روانی به مواظبت و عشقِ نامشروطِ مادر نیاز دارد. بچه بعد از شش‌سالگی کم‌کم به عشق و اقتدار و راهنمایی پدر نیاز پیدا می‌کند. کارکرد مادر این است که در زندگی به او امنیت بدهد؛ کارکرد پدر این است که به او آموزش دهد و او را راهنمایی کند تا با مشکلاتی کنار بیاید که در جامعه‌ای که او در آن زاده شده با آن‌ها روبه‌رو خواهد شد. در حالت کمال مطلوب، عشق مادر سعی نمی‌کند مانع رشد بچه شود، سعی نمی‌کند به درماندگی دامن زند. مادر باید به زندگی ایمان داشته باشد. درنتیجه، زیاد اضطراب نداشته باشد و بچه را به اضطراب خودش مبتلا نکند. بخشی از زندگی مادر باید این آرزو باشد که بچه مستقل شود و درنهایت از او جدا گردد. عشق پدر باید بر پایه‌ی اصول و انتظارات هدایت شود. این عشق باید صبور و بردبار باشد نه تهدیدکننده و اقتدارگرا. باید احساسِ روزافزونِ صلاحیت و توانایی را به بچه‌ی در حال رشد بدهد و سرانجام به او اجازه بدهد صاحب قدرت خودش شود و از پدر جدا گردد.

درنهایت، فرد بالغ به این نقطه می‌رسد که خودش می‌شود مادر و پدر خودش. به عبارتی می‌توان گفت یک وجدانِ مادرانه و یک وجدانِ پدرانه دارد. وجدان مادرانه می‌گوید: «هیچ خطا یا جرم و جنایتی وجود ندارد که بتواند تو را از عشق من، از آرزوی من به زندگی و خوشبختی محروم کند.» وجدان پدرانه می‌گوید:

«تو کار اشتباهی کردی و نمی‌توانی از پذیرفتن عواقب خطایت اجتناب کنی. اگر قرار است من تو را دوست داشته باشم باید اکثر رفتارهایت را تغییر دهی.» انسان بالغ از شمایل بیرونی مادر و پدر آزاد شده است و آن‌ها را در درون خود ساخته است. برخلاف مفهوم فرویدی فراخود[1]، انسان بالغ آن‌ها را در درون ساخته است نه از طریق *ادغام* پدر و مادر، بلکه با ساختن یک وجدان مادرانه بر روی ظرفیت خودش برای عشق ورزیدن و یک وجدان پدرانه بر روی عقل و نظر خودش. علاوه بر این، با وجود این واقعیت که وجدان مادرانه و وجدان پدرانه با یکدیگر متناقض به‌نظر می‌رسند، فرد بالغ به هر دو آن‌ها عشق می‌ورزد. اگر او فقط وجدان پدرانه‌اش را حفظ کند خشن و بی‌رحم می‌شود. اگر فقط وجدان مادرانه‌اش را حفظ کند امکان دارد قوه‌ی تشخیص و تمییز خود را از دست بدهد و مانع رشد خودش و دیگران شود.

این فرایند رشدی است از دلبستگی مادرمحور به پدر محور و ترکیب نهایی آن‌ها مبنای بهداشت روانی و دستیابی به بلوغ. اگر چنین رشدی صورت نگیرد پایه‌ی روان‌رنجوری بنا نهاده می‌شود. هرچند بسط بیشتر این مقوله خارج از حوزه‌ی این کتاب است، ذکر چند نکته‌ی مختصر می‌تواند به تشریح این مبحث کمک کند.

یکی از علل رشد روان‌رنجورانه می‌تواند این واقعیت باشد که پسر، مادر مهربانی دارد که یا زیاد آسان‌گیر است یا سلطه‌گر، و

---

1. *superego*

پدری ضعیف و بی‌اعتنا دارد. در این حالت، ممکن است دلبستگی کودکانه به مادر در او تثبیت شود و او به آدمی تبدیل شود که به مادرش وابسته است، احساس درماندگی می‌کند و ویژگی کوشش‌های او پذیرندگی است؛ یعنی دریافت کند، محافظت شود، از او مراقبت شود. او فاقد خصوصیات پدرانه ـ انضباط، استقلال، توانایی در این‌که خودش در زندگی تسلط یابد ـ است. او سعی می‌کند «مادرها» را در میان دیگران، گاهی در میان زنان و گاهی در میان مردانی که اقتدار و قدرت دارند پیدا کند. از طرف دیگر اگر مادر سرد، بی‌اعتنا و سلطه‌گر باشد، بچه نیاز به محافظت مادرانه را به پدرش و به شمایل‌های پدری بعدی انتقال می‌دهد ـ که درهرصورت، نتیجه‌ی نهایی، شبیه حالت قبلی است: یا به انسانی به‌شدت پدرمحور تبدیل می‌شود که صددرصد در قید و بند اصول قانون و نظم و اقتدار است و فاقد این توانایی است که عشق مشروط را انتظار داشته باشد یا آن را دریافت کند. این رشد درصورتی تشدید می‌شود که پدر اقتدارگرا باشد و درعین‌حال، دلبستگی نیرومندی به پسر داشته باشد. ویژگی همه‌ی این حالات روان‌رنجورانه، این است که همان اصل که وجدان پدرانه یا مادرانه است از رشد بازمی‌ماند ــ در حالات شدیدتر روان‌رنجورانه چنین است ـ یا این‌گونه است که نقش‌های مادر و پدر از لحاظ پدر و مادر بیرونی و از لحاظ این نقش‌ها در درون خود انسان با هم اشتباه گرفته می‌شوند. بررسی بیشتر

نشان می‌دهد بعضی از انواع روان‌رنجوری مثل روان‌رنجوری وسواس فکری، بیشتر بر اساس دلبستگی یک‌طرفه به پدر رشد می‌کند و روان‌رنجوری‌های دیگر مثل هیستری، اعتیاد، ناتوانی در ابراز وجود و کنار آمدن واقع‌گرایانه با زندگی و افسردگی ناشی از مادرمداری است.

## ۳. معشوق‌ها

عشق در وهله‌ی اول، رابطه‌ای با یک فرد خاص است: یک **نگرش**، یک **جهت‌گیریِ منش** است که پیوند یک فرد را با دنیا به‌عنوان یک کل تعیین می‌کند نه نسبت به یک «معشوق». اگر کسی فقط به یک نفر عشق می‌ورزد و به بقیه‌ی همنوعان خود بی‌اعتناست، عشق او عشق نیست بلکه دلبستگی مبتنی بر همزیستی، یا خودخواهیِ گسترش‌یافته است. با وجود این، خیلی‌ها اعتقاد دارند عشق به‌دست معشوق ساخته می‌شود نه به‌وسیله‌ی قوه‌ی ذهنی. درواقع، این عده حتی اعتقاد دارند وقتی به کس دیگری جز آن فردی که «معشوق»شان است عشق نمی‌ورزند، این دال بر شدت عشقشان است. این همان مغالطه‌ای است که پیش‌تر به آن اشاره کرده‌ام. چنین کسانی نمی‌بینند که عشق، نوعی فعالیت و اقتدار روح است. اعتقاد دارند تنها چیزی که باید بیابند معشوق است ـــ و پس از آن همه‌چیز به‌خودی‌خود به پیش خواهد رفت. این نگرش را می‌توان با نگرش کسی مقایسه کرد که می‌خواهد نقاشی یاد بگیرد ولی به‌جای

این‌که هنر نقاشی را بیاموزد ادعا می‌کند منتظر شیئی مناسب است و وقتی آن شیء را بیابد به زیبایی نقاشی خواهد کرد. اگر به‌راستی عاشق کسی باشم عاشق همگان، عاشق جهان، عاشق زندگی هستم. اگر بتوانم به کَسی بگویم: «به تو عشق می‌ورزم». باید قادر باشم بگویم: «من در وجود تو به همه‌کس عشق می‌ورزم، من از طریق تو به جهان عشق می‌ورزم، من در وجود تو حتی به خودم عشق می‌ورزم.»

گفتن این‌که عشق، جهت‌گیری‌ای است که به همه‌ی انسان‌ها برمی‌گردد نه به یک نفر، به این معنا نیست که بین انواع متعدد عشق که به معشوق‌های گوناگون بستگی دارد هیچ فرقی نیست.

**الف. عشق برادرانه**

اساسی‌ترین نوع عشق که زیربنای همه‌ی گونه‌های عشق محسوب می‌شود، *عشق برادرانه* است. منظورم از این عشق، احساس مسؤولیت، مراقبت، احترام، و شناخت برای هر انسان دیگر و آرزوی بهبود زندگی اوست. این همان عشقی است که کتاب مقدس از آن سخن می گوید؛ آن‌جا که می‌گوید: «همسایه‌ات را مثل خودت دوست بدار.» عشق برادرانه، عشق به همه‌ی انسان‌هاست؛ ویژگی آن، فقدان انحصار است. اگر من ظرفیت عشق‌ورزی‌ام را توسعه داده باشم، نمی‌توانم برادرانم را دوست نداشته باشم. در عشق برادرانه، تجربه‌ی پیوند با همه‌ی انسان‌ها، تجربه‌ی یکپارچگی بشری، تجربه‌ی وحدت بشری وجود دارد.

عشق برادرانه بر اساس این تجربه استوار است که ما همه یکی هستیم. تفاوت‌های ما در استعداد و هوش و دانایی، در مقایسه با هستی بشری مشترک و یکسانمان ناچیز است. به‌منظور این‌که این یکسانی را درک کنیم ضرورت دارد از حاشیه به داخل هسته نفوذ کنیم. در اغلب مواقع اگر عمدتاً ظاهر کسی را درک کنم، عمدتاً تفاوت‌ها را درک می‌کنم و همین باعث جدایی ما می‌شود. اگر به داخل هسته نفوذ کنم یکسانی و واقعیت برادری‌مان را درک می‌کنم. این ربط‌یافتگی از مرکز به مرکز- به‌جای از حاشیه به حاشیه- «ربط‌یافتگی مرکزی» است، یا همان‌طور که سیمون ویل آن را به زیبایی بیان کرده است: «بسته به این‌که کلمات یکسان [برفرض، مردی به همسرش می‌گوید: «به تو عشق می‌ورزم»] چگونه ادا می‌شوند می‌توانند پیش‌پاافتاده یا فوق‌العاده باشند. و این چگونه ادا شدن به عمق منطقه‌ای بستگی دارد که کلام از آن‌جا نشأت می‌گیرد، بدون این‌که اراده‌ی انسان بتواند کاری کند و با کلام و با توافقی شگفت‌انگیز، به همان منطقه‌ای می‌رسد که شنونده آن را شنیده است. بنابراین، شنونده اگر قدرت درک داشته باشد می‌تواند درک کند که ارزشِ کلمات چیست[1].»

عشق برادرانه، عشق بین افراد برابر است؛ ولی واقعیت این است که حتی برادرها هم همیشه با هم «برابر» نیستند و از آن‌جا که ما

---

1. Simone Weil, *Gravity and Grace*, G.P. Putnam's Sons, New York, 1952, p. 117.

انسان هستیم همه به کمک نیاز داریم. امروز من، فردا تو. ولی این نیاز به کمک به این معنی نیست که یکی درمانده و دیگری قدرتمند است. درماندگی، وضعیتی گذراست؛ توانایی در ایستادن و بر پاهای خود راه رفتن، وضعیت دائمی و عام است.

با وجود این، عشق به درمانده، عشق به فقیر و بیگانه، سرآغاز عشق برادرانه است. گوشت و خون خود را دوست داشتن، کار بزرگی نیست. حیوان بچه‌ی خود را دوست دارد و از آن مواظبت می‌کند. آدم درمانده، ارباب خود را دوست دارد چون زندگی‌اش به او وابسته است؛ بچه، والدینش را دوست دارد چون به آن‌ها نیاز دارد. تنها در عشقِ کسانی که غرضی ندارند عشق شروع می‌کند به شکوفا شدن. قابل توجه است که در تورات، موضوع اصلی عشق انسان، عشق به فقرا، بیگانگان، بیوه‌ها، و یتیمان و در نهایت به دشمن آن قوم یعنی مصریان و اِدومیان[۱] است. انسان از طریق دلسوزی به حال درماندگان، عشق به برادرش را در خود پرورش می‌دهد و در عشقی که به خودش دارد به کسی که به کمک نیازمند است، به ضعفا و آنان که ایمن نیستند، عشق می‌ورزد. دلسوزی به‌معنای عنصر شناخت و همذات‌پنداری است. در تورات آمده است: «تو قلب آدم بیگانه را می‌شناسی چون خودت در سرزمین مصر بیگانه بودی... *پس به بیگانگان عشق بورز!*»

---

۲. *Edomites*، از قوم اِدوم (*Edom*). اِدومی‌ها از عیسو، برادر یعقوبِ پیغمبر، به وجود آمدند و سرزمین آن‌ها در جنوب بحرالمیّت قرار داشت. ـ م.

**ب. عشق مادرانه**

در فصل قبلی به ماهیت عشق مادرانه پرداختیم و تفاوت بین عشق مادرانه و عشق پدرانه را کاویدیم. همان‌طور که در آن‌جا گفتم، عشق مادرانه تأیید نامشروط حیات و نیازهای بچه است. اما در این‌جا باید یک نکته‌ی مهم به این توصیف بیفزاییم. تأیید حیات بچه، دو جنبه دارد؛ یکی مراقبت و مسؤولیت‌پذیری است که برای حفظ زندگی و رشد بچه، ضرورت مطلق دارد. جنبه‌ی دیگر، از محافظتِ صِرف فراتر می‌رود. این جنبه نگرشی است که عشق به زندگی را در بچه القا می‌کند و به او این احساس را می‌دهد که: چه خوب است زنده‌ام، چه خوب است پسربچه یا دختربچه هستم، چه خوب است که روی کره‌ی زمینم! این دو جنبه‌ی عشق مادرانه به‌صورتی بسیار موجز در داستان آفرینش در کتاب مقدس بیان شده است. خداوند جهان و انسان را خلق می‌کند. این متناظر است با مراقبت و تصدیق وجود. اما خداوند از این ضرورتِ حداقلی فراتر می‌رود. خداوند در روزهای بعد از آفرینشِ طبیعت ـ و انسان ـ می‌گوید: «خوب است.» در مرحله‌ی دوم، عشق مادرانه باعث می‌شود بچه احساس کند: خوب است که به دنیا آمده‌ام. این عشق، ***عشق به زندگی*** را در بچه القا می‌کند، نه‌فقط عشق به زنده بودن. همین اندیشه به‌صورت نمادین در جای دیگری از کتب مقدس ادیان آمده است. سرزمین موعود (سرزمین همیشه نمادِ مادر است) به‌صورت «سرزمینی که شیر و

عسل در آن جاری است» توصیف می‌شود. شیر، نمادِ اولین جنبه‌ی عشق، جنبه‌ی مراقبت و تصدیق است. عسل، نماد شیرینی زندگی، عشق به زندگی و خوشبختی ناشی از زنده بودن است. اغلب مادران حاضرند «شیر» بدهند؛ ولی فقط تعداد اندکی از آن‌ها می‌توانند «عسل» هم بدهند. اگر مادری می‌خواهد توانایی عسل دادن داشته باشد نه‌تنها باید «مادر خوب» باشد، بلکه باید مادری شاد و خوشبخت هم باشد. البته تعداد اندکی به این هدف می‌رسند. هرچه از تأثیر آن در بچه بگوییم مبالغه نکرده‌ایم. به همان اندازه که اضطراب مادر مسری است، عشق او به زندگی نیز مسری است. هر دو نگرش، تأثیر عمیقی در کل شخصیت بچه دارد و به‌راحتی می‌توان بچه‌هایی و بزرگسالانی را که فقط شیر خورده‌اند از آن‌هایی که «هم شیر و هم عسل» خورده‌اند تشخیص داد.

برخلاف عشق برادرانه و عشق اروتیک که عشق بین برابرهاست، رابطه‌ی مادر و بچه بنابه ذات و ماهیتش رابطه‌ای نابرابر است و در آن، یکی به همه‌ی کمک‌ها نیاز دارد و دیگری همه‌ی آن کمک‌ها را می‌رساند. به سبب همین خصوصیات ایثارگرانه و غیرخودخواهانه است که عشق مادرانه بالاترین نوع عشق و مقدس‌ترین علقه‌ی هیجانی درنظر گرفته شده است. با وجود این، به‌نظر می‌رسد دستیابی واقعی به عشق مادرانه نه در عشق مادر به کودک بلکه در عشق او به کودکِ در حال رشد نهفته است. درواقع، تا زمانی که

کودک کوچک است و هنوز به‌طور کامل به مادر وابسته است، اکثر مادران به او عشق می‌ورزند. اکثر زنان بچه می‌خواهند، از داشتن نوزاد لذت می‌برند و مشتاقانه از او مراقبت می‌کنند. با وجود این واقعیت که آن‌ها درعوض، جز یک لبخند یا علامت رضایتمندی در چهره‌ی نوزاد از او چیزی «نمی‌گیرند»، ولی چنین هستند و به‌نظر می‌رسد این نگرش و روحیه در عشق تا حدی ریشه در یک ظرفیت غریزی دارد که در حیوانات و همچنین در زنان یافت می‌شود؛ اما این عامل غریزی هرقدر تأثیرگذار باشد، عواملِ به‌ویژه روان‌شناختی نیز وجود دارند که باعث و بانی این نوع عشق مادرانه هستند. یکی از آن‌ها را می‌توان.در عنصر خودشیفتگی در عشق مادرانه یافت. از آن‌جا که هنوز مادر احساس می‌کند کودک بخشی از خودش است و عشق و شیفتگی‌اش می‌تواند خود شیفتگی‌اش را برآورده کند، انگیزه‌ی بعدی را می‌توان در آرزوی مادر در داشتن قدرت یا دارایی یافت و بچه که درمانده و به‌طور کامل تابع اراده‌ی اوست، موضوع طبیعی رضایتمندی زن سلطه‌گر و تملک‌خواه (انحصارطلب) است.

هرچند این انگیزه‌ها فراوان‌اند، اهمیت و جهان‌شمولی آن‌ها احتمالاً از آن انگیزه‌ای که می‌توان آن را نیاز به فراتر رفتن نامید کمتر است. این نیاز به فراتر رفتن، یکی از اساسی‌ترین نیازهای انسان است که در واقعیتِ خودآگاهی انسان ریشه دارد، در این‌که او از داشتن نقش مخلوق راضی نیست، نمی‌تواند خودش را به‌عنوان یک تاس بپذیرد که از فنجان به بیرون پرت شده است.

او نیاز دارد احساس کند خالق است، کسی که از نقش منفعلانه‌ی خلق شدن فراتر رفته است. روش‌های زیادی برای رسیدن به این رضایتمندی از خلقت وجود دارد؛ طبیعی‌ترین و همچنین راحت‌ترین روَش برای رسیدن به این رضایتمندی از خلقت، مراقبت و عشق مادر به مخلوقش است. او از طریق کودک از خودش فراتر می‌رود؛ عشقش به کودک به زندگی‌اش معنا و اهمیت می‌دهد (از آن‌جا که مرد قادر نیست نیازش به فراتر رفتن را از طریق زاییدن برآورده کند، این میل به فراتر رفتن از خودش را با ساختن چیزها و اندیشه‌ها برآورده می‌کند).

اما بچه باید رشد کند. باید از رحم مادر و از سینه‌ی مادر به‌درآید؛ درنهایت باید انسانی به‌طور کامل جدا شود. عصاره‌ی عشق مادری مراقبت از رشد بچه است، یعنی این‌که بچه بخواهد از خودش جدا شود. تفاوت اساسی این عشق با عشق اروتیک در همین‌جاست. در عشق اروتیک، دو نفری که از هم جدا بودند یکی می‌شوند. در عشق مادرانه، دو نفری که یکی بودند از هم جدا می‌شوند. مادر نه‌تنها باید بردبار باشد، بلکه باید جدایی بچه را آرزو و حمایت کند. فقط در این مرحله است که عشق مادرانه، چنان کار سختی می‌شود که مستلزم فداکاری و توانایی در دادن همه‌چیز و نخواستن هیچ‌چیز جز خوشبختی و شادی معشوق است. همچنین در این مرحله است که بسیاری از مادران از انجام وظیفه‌ی عشق مادرانه‌شان بازمی‌مانند. تا زمانی که بچه کوچک باشد، زنِ

خودشیفته، سلطه‌گر و تملک‌خواه مـی‌توانـد در «عـشق» مادرانـه‌ی خود موفق باشد. فقط زنی که به‌راستی عشق می‌ورزد، یعنی زنی که از دادن بیشتر از گـرفتن خوشـحالی مـی‌کنـد، زنـی کـه در وجـود خودش محکم ریـشه دارد، وقتـی بچـه‌اش در فراینـد جـدایی قـرار می‌گیرد می‌تواند مادری عاشق باشد.

عشق مادرانه به بچه‌ی در حال رشد، عشقی که هیچ‌چیز را برای خودش نمی‌خواهد، شاید مشکل‌ترین گونه‌ی عشق است که می‌توان به آن دست یافت و درعین‌حال، از همه فریبکارتر است چـون مـادر به‌راحتی می‌تواند به کودکش عشق بورزد؛ اما درست به سببِ همین مشکل بودن است که مادر، اگر بتواند *عشق بورزد* می‌تواند به‌راسـتی یک مادر عاشق باشد؛ اگر قادر باشد به شوهرش، بچه‌ها، بیگانگـان و همه‌ی انسان‌ها عشق بورزد. زنی کـه در ایـن معنـا قـادر بـه عـشق ورزیدن نیست، تا زمانی که بچه‌اش کوچک است مـی‌توانـد مـادری مهربان و بامحبت باشد. محک ایـن توانـایی آن است کـه خواهـان تحمل جدایی باشد و حتی بعد از جدایی نیز به عشق ورزیدن ادامـه دهد.

### ج. عشق اروتیک

عشق برادرانه، عشق میان برابرهاست؛ عـشق مادرانـه، عـشق بـه درماندگان است. هرچند این‌ها با هم فرق می‌کنند ولـی نقطـه‌ی اشـتراکی دارنـد کـه بـه سـبب مـاهیتش بـه یـک فـرد محـدود نمی‌شوند. اگر من برادرم را دوست داشته باشم همه‌ی برادرهایم

را دوست دارم، اگر بچه‌ام را دوست داشته باشم همه‌ی بچه‌هایم را دوست دارم، حتی فراتر از آن، همه‌ی بچه‌ها را دوست دارم، همه‌ی کسانی را که به کمکم نیاز دارند. آنچه در تقابل با این دو نوع عشق قرار می‌گیرد ***عشق اروتیک*** است، میل شدید به آمیختگی کامل، به پیوند با یک نفر دیگر. این عشق که بنا به ماهیتش انحصاری و غیرعمومی است، چه‌بسا فریبکارترین شکل عشق باشد.

قبل از هر چیز باید بگوییم که عشق اروتیک اغلب با تجربه‌ی انفجاری عاشق «شدن» (یعنی فروریختن ناگهانی موانعی که تا آن لحظه میان دو بیگانه وجود داشت) اشتباه گرفته می‌شود. اما همچنان که پیش از این خاطرنشان شد، این تجربه‌ی صمیمیت ناگهانی بنابه ذات خود، کوتاه‌مدت است. بعد از این‌که آن بیگانه به آشنایی صمیمی تبدیل شد، مانعی دیگری برای فائق آمدن وجود ندارد و نزدیکیِ ناگهانیِ دیگری برای رسیدن وجود ندارد. شناختمان از «معشوق» به‌اندازه‌ی شناختمان از خودمان می‌شود یا شاید بهتر بگوییم، شناختمان از معشوق به‌اندازه‌ی شناختمان از خودمان کم می‌شود. اگر تجربه‌ی ما از دیگری عمق بیشتری داشت، اگر می‌توانستیم بی‌انتها بودن شخصیت او را درک و لمس کنیم، دیگر برایمان این‌قدر آشنا نمی‌شد و معجزه‌ی چیرگی بر موانع می‌توانست هر روز از نو رخ دهد؛ ولی از نظر خیلی‌ها، خودشان و دیگران زود کاویده می‌شوند و زود به پایان می‌رسند. برای آن‌ها صمیمیت در

وهله‌ی نخست از طریق تماس جنسی شکل می‌گیرد. از آن‌جا که آن‌ها جدایی از دیگری را در وهله‌ی نخست در قالب جدایی جسمی تجربه می‌کنند، پیوند جسمی برایشان به‌معنای چیرگی بر جدایی است.

از این گذشته، عوامل دیگری هست که از نظر خیلی‌ها به‌معنای چیرگی بر جدایی است. از زندگی شخصیِ خود گفتن، از امیدها و اضطراب‌ها گفتن، جنبه‌های بچگانه‌ی خود را بروز دادن، ایجاد یک علاقه‌ی مشترک نسبت به دنیا، این‌ها همه چیرگی بر جدایی تلقی می‌شوند. حتی نشان دادن خشم، تنفر، و فقدان کامل بازداری، نوعی صمیمیت تلقی می‌شود و این می‌تواند علت جاذبه‌ی انحرافی باشد که زوج‌ها اغلب با یکدیگر دارند؛ زوج‌هایی که فقط زمانی صمیمی به‌نظر می‌رسند که در رختخواب باشند یا وقتی تنفر و خشم متقابل خود را تخلیه کنند. اما همه‌ی این انواعِ نزدیکی اغلب با گذشت زمان، کمتر و کمتر می‌شود. نتیجه آن می‌شود که فرد در پی عشق یک آدم جدید، در پی یک بیگانه‌ی جدید می‌رود. دوباره همین بیگانه به فردی صمیمی تبدیل می‌شود، دوباره روند عاشق شدن، نشاط‌آور و شدید است و دوباره به‌آهستگی از شدت آن کاسته می‌شود و با میل یک جستجوی جدید، یک عشق جدید، به پایان می‌رسد ـ سرشت فریبکارانه‌ی میل جنسی همیشه با این پندار که عشق جدید با عشق قبلی فرق خواهد کرد به این پندارها بسی دامن می‌زند.

هدف میل جنسی، آمیختگی است؛ و این آمیختگی به‌هیچ‌وجه فقط اشتهای جسمی و التیام یک تنش دردناک نیست؛ ولی میل جنسی به همان اندازه که می‌تواند بر اثر عشق تحریک شود می‌تواند به‌وسیله‌ی اضطراب تنهایی، میل به فتح کردن یا فتح شدن، تکبر، میل به آسیب رساندن، و حتی نابود شدن تحریک شود. به‌نظر می‌رسد میل جنسی می‌تواند به‌راحتی با هر هیجان نیرومندی ترکیب و تحریک شود و عشق فقط یکی از آن هیجان‌هاست. چون میل جنسی در ذهن اکثر افراد با عشق پیوند خورده است، آن‌ها به‌راحتی گمراه می‌شوند و به این نتیجه می‌رسند که وقتی یکدیگر را از لحاظ جسمی بخواهند پس به یکدیگر عشق می‌ورزند. عشق می‌تواند میل به پیوند جنسی را برانگیزد؛ در این صورت، رابطه‌ی جسمانی فاقد حرص و میل به فتح کردن یا فتح شدن است و درعوض، با لطافت و نرمی درآمیخته است. اگر میل به پیوندِ جسمی به‌وسیله‌ی عشق تحریک نشود، اگر عشق اروتیک عشق برادرانه نیز نباشد، هیچ‌گاه به پیوندی فراتر از یک عیاشی زودگذر منتهی نخواهد شد. جذبه‌ی جنسی برای لحظه‌ای پندار پیوند را ایجاد می‌کند. با وجود این، این «پیوند» وقتی از عشق تهی باشد بیگانه‌ها را به همان اندازه‌ی قبلی بیگانه نگه می‌دارد و گاهی باعث می‌شود از یکدیگر شرمنده یا حتی متنفر شوند؛ چون وقتی این پندار از بین برود بیگانگی‌شان را حتی آشکارتر از گذشته احساس می‌کنند. احساس لطیف

آن‌طور که فروید اعتقاد داشت، به‌هیچ‌وجه تصعید غریزه‌ی جنسی نیست بلکه نتیجه‌ی مستقیمِ عشقِ برادرانه است و هم در شکل‌های جسمی و هم در شکل‌های غیر جسمی عشق وجود دارد.

در عشق اروتیک، انحصاری وجود دارد که عشق برادرانه و مادرانه فاقد آن است. این خصوصیت انحصاری عشق اروتیک، بحث بیشتری را می‌طلبد. انحصاری بودن عشق اروتیک اغلب به‌معنی دلبستگی مبتنی بر تملک تلقی می‌شود. چه بسیارند کسانی که «عاشق» هم شده‌اند، ولی هیچ عشقی نسبت به یکدیگر احساس نمی‌کنند. عشقشان در واقع نوعی خودپسندی دونفره است. آن‌ها دو نفری هستند که با یکدیگر همذات‌پنداری می‌کنند، که با بسط یک نفر به دو نفر، مشکل جدایی‌شان را حل می‌کنند.

آنان طعم غلبه بر تنهایی را چشیده‌اند، ولی از آن‌جا که از بقیه‌ی انسان‌ها جدا شده‌اند، از یکدیگر جدا و از خودشان بیگانه می‌شوند؛ تجربه‌ی پیوند آن‌ها وهم است. عشق اروتیک، انحصاری است که من می‌توانم خودم را به‌طور کامل و تا نهایت درجه، فقط با دیگری درآمیزم. عشق اروتیک، عشق را فقط از لحاظ آمیختگی اروتیک برای دیگران منحصر می‌کند. عشق اروتیک، تعهد کامل در همه‌ی ابعاد زندگی است؛ ولی نه از لحاظ عشق برادرانه عمیق.

عشق اروتیک، اگر عشق باشد، یک مقدمه دارد و آن این است که من با عصاره‌ی وجودم عشق بورزم و فرد دیگری را در عصاره‌ی وجودش تجربه کنم. در اصل همه‌ی انسان‌ها مثل هم

هستند. ما همه جزئی از یک کل هستیم؛ ما همه یکی هستیم. وقتی چنین وجودی داریم نباید برای ما فرق کند به چه کسی عشق می‌ورزیم. عشق باید از اساس عملی ارادی باشد، تصمیمی باشد که زندگیَ مرا به زندگیِ یک نفر دیگر به‌طور کامل متعهد می‌کند. درحقیقت، دلیلِ منطقیِ لاینحل بودن ازدواج و شکل‌های بسیاری از ازدواج‌های سنتی همین است که دو طرف هیچ‌گاه یکدیگر را انتخاب نمی‌کنند، بلکه برای یکدیگر انتخاب می‌شوند و با وجود این، از آن‌ها انتظار می‌رود به یکدیگر عشق بورزند. در فرهنگ امروزی غرب، این شیوه صددرصد غلط به‌نظر می‌رسد. فرض بر این است که عشق، نتیجه‌ی یک واکنش خودجوش و هیجانی، نتیجه‌ی ناگهانیِ بی‌اختیارِ دچارِ احساسی شدن است. در این دیدگاه، فرد فقط خصوصیات ویژه‌ی دو نفر را که در آن دخیل هستند می‌بیند، نه این واقعیت را که همه‌ی مردان، بخشی از آدم و همه‌ی زنان، بخشی از حوا هستند. فرد از توجه به عامل مهم در عشق اروتیک یعنی اراده غفلت می‌کند. عشق ورزیدن به یک فرد فقط یک احساس قوی نیست؛ نوعی تصمیم است، نوعی نظر دادن است، نوعی قول است. اگر عشق فقط یک احساس بود این‌که دو طرف به هم قول بدهند تا آخر عمر به هم عشق بورزند مبنایی نمی‌داشت. یک احساس می‌آید و می‌رود. وقتی عملم مستلزم نظر دادن و تصمیم‌گیری نباشد، چگونه می‌توانم بگویم که این احساس برای همیشه خواهد ماند؟

وقتی آدمی این دیدگاه‌ها را در نظر می‌گیرد ممکن است چنین موضع‌گیری کند که عشق منحصراً عملِ اراده و تعهد است و درنتیجه، اساساً مهم نیست این دو نفر چه کسانی هستند، خواه ازدواج را دیگران ترتیب داده باشند، خواه نتیجه‌ی انتخاب فردی باشد؛ همین که پیوند ازدواج منعقد شد عمل اراده باید تداوم عشق را تضمین کند. به‌نظر می‌رسد این دیدگاه از خاصیت متناقض طبیعت بشری و عشق اروتیک غفلت می‌کند. ما همه یکی هستیم و با وجود این، هر یک از ما یک موجودی منحصربه‌فرد و تکثیرناشدنی است. در روابطمان با دیگران همین تناقض تکرار می‌شود. از آن‌جا که همه یکی هستیم، می‌توانیم از لحاظ عشق برادرانه به یکدیگر عشق بورزیم؛ ولی از آن‌جا که ما متفاوت هم هستیم، عشق اروتیک مستلزم عناصری خاص و بسیار فردی است که بین بعضی‌ها وجود دارد و بین بعضی‌ها وجود ندارد.

پس هر دو دیدگاه ـ این‌که عشق جذبه‌ای کاملاً فردی و منحصر به دو فرد خاص است و دیدگاه دیگر که می‌گوید عشق چیزی نیست جز عمل اراده ـ هر دو صحیح هستند یا به بیان مناسب‌تر، نه این صحیح است نه آن. به همین ترتیب، این عقیده کهِ اگر کسی در رابطه‌اش با دیگری موفق نشد این رابطه به‌راحتی می‌تواند گسسته شود. به همان اندازه غلط است که بگوییم این رابطه در هیچ شرایطی نباید گسسته شود.

**د. عشق به خود[1]**

هرچند این‌که مفهوم عشق را در مورد اهداف متعدد به‌کار ببریم اعتراضی برنمی‌انگیزد ولی این باور رایج وجود دارد که هرچند عشق ورزیدن به دیگران فضیلت است، عشق به خویش گناه است. فرض بر این است که به همان مقدار که فرد به خودش عشق می‌ورزد به دیگران عشق نمی‌ورزد و عشق به خود همان خودخواهی است. این دیدگاه در تفکر غربی سابقه‌ای طولانی دارد. کالون[2] از عشق به خود به‌عنوان «طاعون» سخن می‌گوید. فروید از دیدگاه روان‌پزشکی از عشق به خود صحبت می‌کند؛ ولی ارزش داوری وی درست مثل ارزش داوری کالون است. از نظر او، عشق به خود درست مثل خودشیفتگی است؛ برگشت لیبیدو به‌سمت خویشتن است.

خودشیفتگی، اولین مرحله در رشد انسان است و کسی که در مراحل بعدی زندگی به این مرحله‌ی خودشیفتگی برگشته باشد

---

۱. پل تیلیش در نقدی بر *جامعه‌ی سالم* در *Pastoroal Psychology* در تاریخ سپتامبر سال ۱۹۵۵ پیشنهاد کرده است که بهتر است برای رفع ابهام از «عشق به خود»(self-love) به‌جای آن بگوییم « خود- تصدیقِ طبیعی» یا «خود- پذیرشِ متناقض». هر چند مزایای این پیشنهاد را می‌توانم ببینم ولی نمی‌توانم در این مورد با او موافق باشم. در اصطلاحِ «عشق به خود»، عنصر متناقض در عشق به خود به‌صورت واضح‌تر گنجانده شده است. درحقیقت، عشق نگرشی است که در مورد همه‌چیز از جمله خودم یکسان است. همچنین نباید فراموش کرد که اصطلاحِ «عشق به خود» در آن معنا که در این‌جا استفاده می‌شود تاریخچه دارد. کتاب مقدس وقتی به «به همسایهات چنان عشق بورز که به خودت عشق می‌ورزی» دستور می‌دهد از «عشق به خود» سخن می‌گوید و مایستر اکهارت هم از «عشق به خود» در همین معنا سخن می‌گوید.

2. John Calvin, *Institutes of the Christian Religion*, translated by, J. Albau, Presbyterian Board of Christian Education, Philadedphia, 1928, Chap.7, par.4, p. 622.

قادر نیست عشق بورزد؛ در شدیدترین حالت، او دیوانه می‌شود. فروید فرض را بر این می‌گذارد که عشق، مظهر لیبیدوست و لیبیدو نه به‌سمت دیگران (یعنی عشق) برمی‌گردد و نه به‌سمت خویشتن (یعنی عشق به خود). بنابراین، «عشق» و «عشق به خود» از این لحاظ با هم متناقض‌اند که هر اندازه یکی بیشتر شود دیگری کمتر می‌شود. اگر عشق به خود بد باشد، پس ازخودگذشتگی فضیلت است.

در این‌جا این سؤالات مطرح می‌شود: آیا مشاهده‌ی روان‌شناختی، این نهاد را تأیید می‌کند که یک تناقض اساسی بین عشق به خود و عشق به دیگران وجود دارد؟ آیا عشق ورزیدن به خود پدیده‌ای مثل خودخواهی است یا آن‌ها ضد هم هستند؟ علاوه بر آن، آیا خودخواهیِ انسانِ امروزی به‌راستی *دغدغه‌ای برای خودش* به‌عنوان فرد است با همه‌ی پتانسیل‌های فکری و هیجانی و احساسی‌اش؟ آیا «او» زائده‌ی نقش اجتماعی ـ اقتصادی‌اش شده است؟ *آیا خودخواهی‌اش مثل عشق به خود است؟ یا آیا خودخواهی‌اش درست به‌علت فقدان آن به‌وجود نیامده است؟*

قبل از این‌که بحث در باب جنبه‌ی روان‌شناختی خودخواهی و عشق به خود را شروع کنیم، باید بر این مغالطه‌ی منطقی که عشق به دیگران و عشق به خود با هم تناقض دارند تأکید کنیم. اگر عشق ورزیدن به همسایه‌ام به‌عنوان یک انسان فضیلت است، عشق ورزیدن به خودم باید فضیلت باشد نه عیب، چون خودم هم انسانم.

هیچ مفهومی در مورد بشر وجود ندارد که خودِ مرا دربرنگیرد. آموزه‌ای که چنین استثنایی را اعلام می‌کند دچار تناقض ذاتی است. این ایده که «به همسایه‌ات چنان عشق بورز که به خودت عشق می‌ورزی!» به این معناست که احترام به تمامیت و منحصربه‌فرد بودن خویشتن، عشق و شناخت نسبت به خویشتن، نمی‌تواند از احترام و عشق نسبت به دیگری مجزا شود. عشق به خودم و عشق به هر موجود دیگری جداناشدنی است.

اینک به مقدمات اساسی روان‌شناختی رسیده‌ایم که نتیجه‌گیری‌های بحث ما بر آن‌ها پایه‌ریزی می‌شوند. به‌طور عام، این مقدمات به این شرح‌اند. نه‌تنها دیگران بلکه ما خودمان، «مقصود» احساسات و نگرش‌هایمان هستیم؛ نگرش‌ها در مورد دیگران و در مورد خودمان نه‌تنها متناقض نیستند، بلکه اساساً **لازم و ملزوم** هستند. با توجه به مسأله‌ی مورد بحث، این بدان معناست که عشق به دیگران و عشق به خودمان، جایگزین هم نمی‌شوند. [دو گزینه نیستند که بخواهیم یکی از آن‌ها را انتخاب کنیم.] در مقابل، نگرش مبتنی بر عشق به خود در همه‌ی کسانی یافت می‌شود که قادرند دیگران را دوست داشته باشند. اساساً ***عشق در رابطه‌ی معشوق و خویشتن، غیرقابل تقسیم است.*** عشق صادقانه، مظهر ثمربخشی است و به‌معنای مراقبت، احترام، مسؤولیت‌پذیری و شناخت است. یک «عاطفه» به معنی تحت تأثیرِ یک نفر قرار گرفتن نیست بلکه

کوششی است فعالانه برای رشد و خوشبختی معشوق که در توانایی خود فرد در عشق ورزیدن ریشه دارد.

عشق ورزیدن به دیگران به‌معنای تحقق و تمرکزِ قدرتِ عشق ورزیدن است. تصدیق اساسی که در عشق گنجانده می‌شود به‌سوی معشوق به‌عنوان تجلی خصوصیات بشری هدایت می‌شود. عشق به یک نفر متضمن عشق به کل ابنای بشر است. آن چیزی که ویلیام جیمز آن را «تقسیم کار» می‌نامد که بر اساس آن فرد اعضای خانواده‌اش را دوست دارد بدون این‌که احساسی نسبت به «بیگانه» داشته باشد، علامت ناتوانی اساسی در عشق ورزیدن است. عشق به انسان، آن‌طور که اغلب تصور می‌شود، حالتی انتزاعی نیست که پس از عشق به یک فرد خاص حاصل شود، بلکه مقدمه‌ی آن است، هرچند که از لحاظ تکوینی، عشق از عشق ورزیدن به کسانی خاص حاصل می‌شود.

نتیجه‌ای که از این‌ها گرفته می‌شود این است که خودم را باید به‌اندازه‌ی دیگری دوست بدارم. ***تصدیق زندگی، خوشبختی، شادی، رشد و آزادی خویشتن در ظرفیت فرد در عشق ورزیدن***، یعنی مراقبت، احترام، مسؤولیت، و شناخت ریشه دارد. اگر فرد قادر باشد به‌صورت ثمربخش عشق بورزد به خودش نیز عشق می‌ورزد؛ اگر بتواند ***فقط*** به دیگران عشق بورزد اصلاً نمی‌تواند عشق بورزد.

چنانچه قبول کنیم عشق به خویشتن و به دیگران در اصل لازم و ملزوم یکدیگرند چگونه خصوصیت خودخواهی را که

آشکارا فاقد دغدغه‌ی واقعی برای دیگران است تبیین کنیم؟ فرد ***خودخواه*** فقط به خودش علاقه‌مند است، همه‌چیز را برای خودش می‌خواهد، نه از دادن بلکه از گرفتن لذت می‌برد. او فقط از دیدگاه نفع شخصی به دنیا نگاه می‌کند؛ او به نیازهای دیگران علاقه‌ای ندارد و به منزلت و تمامیت دیگران احترام نمی‌گذارد. هیچ‌کس را نمی‌تواند ببیند جز خودش. قضاوت او در مورد هر کس و هر چیزی بر مبنایِ فایده‌ای است که برای او دارد؛ او اساساً قادر نیست عشق بورزد. آیا این ثابت نمی‌کند که دغدغه برای دیگران و دغدغه برای خویشتن، گزینه‌هایی هستند که فقط باید یکی از آن‌ها را انتخاب کنیم؟ اگر چنین می‌بود خودخواهی و عشق به خود یکسان می‌بودند. اما این فرضیه، مغالطه‌ای است که به نتیجه‌گیری‌های نادرست در مورد این مسأله منجر شده است. ***خودخواهی و عشق به خود نه‌تنها یکی نیستند، بلکه واقعاً ضد یکدیگرند.*** آدم خودخواه، خود را نه خیلی زیاد بلکه بس ناچیز دوست دارد؛ درواقع، او از خودش متنفر است. این فقدان مهربانی و دلسوزی نسبت به خود که فقط یکی از مظاهر فقدان ثمربخشیِ اوست، او را پوچ و سرخورده می‌کند. او بدبخت و ناراحت است و دغدغه‌ی شدیدِ او این است که رضایتمندی‌ای را که از خود دریغ کرده، از دست زندگی برباید. به‌نظر می‌رسد او بسیار مراقب خودش است ولی درواقع فقط تلاش ناموفق می‌کند تا بر شکست خود در مراقبت از خویشتن واقعی‌اش سرپوش بگذارد و آن را

جبران کند. فروید اعتقاد دارد فرد خودخواه، خودشیفته است؛ گویی او عشق را از دیگران دریغ کرده و به خودش داده است. ***درست است که فرد خودخواه قادر نیست به دیگران عشق بورزد؛ ولی این هم درست است که او قادر نیست به خودش هم عشق بورزد.***

درصورتی‌که خودخواهی را با دغدغه‌ی شدید برای دیگران، مثلاً دغدغه‌ی مادری فوق‌العاده نگران و دلواپس مقایسه کنیم، راحت‌تر می‌توانیم خودخواهی را درک کنیم. با این‌که این مادر آگاهانه باور دارد علاقه‌ی خاصی به فرزندش دارد، درحقیقت در عمق وجودش خصومتی سرکوب‌شده نسبت به فرزند خود دارد. دغدغه‌ی شدید او به این دلیل نیست که او بچه‌ها را خیلی دوست دارد، بلکه به این سبب است که مجبور است ناتوانی‌اش را در دوست داشتن جبران کند.

تجارب روان‌کاوانه‌ای که در مورد «ناخودخواهیِ» روان‌رنجورانه انجام شده است این نظریه را که به ماهیت خودخواهی می‌پردازد تأیید می‌کند. این «ناخودخواهی»، یکی از علائم روان‌رنجوری‌ای است که در بسیاری از کسانی دیده می‌شود که اغلب نه به این علامت بلکه به علائم مرتبط با آن مثل افسردگی، خستگی، ناتوانی در کار، شکست در روابط عشقی و امثالهم مبتلا هستند. نه‌تنها ناخودخواهی به‌عنوان« علامت بیماری» احساس نمی‌شود، بلکه اغلب خصیصه‌ای نجات‌بخش تلقی می‌شود که چنین کسانی به آن افتخار می‌کنند. فردِ «ناخودخواه» «هیچ‌چیز را برای خودش نمی‌خواهد»؛ او «فقط برای دیگران زندگی می‌کند» و افتخار می‌کند

که خودش را مهم نمی‌داند. او متعجب می‌شود که می‌بیند با این‌که خودخواه نیست، خوشبخت و شاد هم نیست و روابطش با نزدیک‌ترین کسانش تهی از رضایت است. کار تحلیلی نشان می‌دهد ناخودخواهیِ او نه‌تنها چیزی جدا از دیگر علائم بیماری نیست بلکه یکی از آن‌هاست و اغلب مهم‌ترین آن‌ها. کار تحلیلی نشان می‌دهد او در عشق ورزیدن یا از چیزی لذت بردن ناتوان است. او مملو از احساس خصومت نسبت به زندگی است و در پسِ ناخودخواهی‌اش، خودمداریِ نهفته و به همان اندازه شدیدی پنهان است. این فرد درصورتی می‌تواند درمان شود که ناخودخواهی‌اش نیز به‌عنوان علامتی در کنار دیگر علائم بیماری تفسیر شود تا بتوان فقدان ثمربخشی‌اش را که ریشه‌ی ناخودخواهی‌اش و دیگر مشکلات اوست اصلاح کرد.

ماهیت ناخودخواهی به‌ویژه از تأثیرات آن در دیگران آشکار می‌شود و در فرهنگ ما به‌وفور در تأثیری هویداست که مادری که «ناخودخواه» است در بچه‌هایش می‌گذارد. چنین مادری اعتقاد دارد با ناخودخواهی او، بچه‌هایش معنای مورد عشق ورزیدن قرار گرفتن و یاد گرفتن و، در عوض، معنای عشق ورزیدن را فرا خواهند گرفت. با وجود این، تأثیر ناخودخواهیِ او به‌هیچ‌وجه با انتظاراتش متناظر نیست. بچه‌های او مثل دیگر بچه‌ها که متقاعد شده‌اند که مورد عشق‌ورزی قرار می‌گیرند، خوشحالی نشان نمی‌دهند؛ آن‌ها مضطرب و نگران‌اند و از این می‌ترسند مبادا باعث نارضایی مادرشان شوند و

دغدغه‌ی این را دارند که انتظارات مادرشان را برآورده کنند. معمولاً تحت تأثیر خصومت پنهان مادر نسبت به زندگی هستند، خصومتی که بیشتر، آن را حس می‌کنند نه این‌که به‌روشنی تشخیصش دهند و درنهایت، خودشان مملو از این احساس خصومت می‌شوند. در کل، تأثیرِ مادرِ «ناخودخواه»، زیاد با تأثیرِ مادرِ خودخواه فرق نمی‌کند؛ درواقع، تأثیر مادرِ اولی اغلب بدتر است چون ناخودخواهیِ مادر مانع از آن می‌شود که بچه‌ها از او انتقاد کنند. آن‌ها تحت این اجبار قرار می‌گیرند که او را ناامید نکنند؛ آن‌ها زیر نقاب فضیلت یاد می‌گیرند که از زندگی متنفر باشند. اگر کسی این فرصت را داشته باشد که تأثیر مادری را که به خود عشق واقعی دارد را بررسی کند، می‌تواند ببیند هیچ‌چیز مثل عشق ورزیده شدن توسط مادری که به خودش نیز عشق می‌ورزد نمی‌تواند بچه‌ها را به چشیدن طعم چیستی عشق و لذت و خوشبختی و شادی رهنمون شود.

بهترین راه برای خلاصه کردن این مطالب در مورد عشق به خود، سخن مایستر اکهارت است که می‌گوید: «اگر به خودت عشق بورزی، به دیگران مثل خودت عشق می‌ورزی. تا هنگامی که به دیگری کمتر از آن‌قدر که به خودت عشق می‌ورزی، عشق بورزی، در عشق ورزیدن به خودت به‌راستی موفق نخواهی بود. ولی اگر به همه از جمله به‌خودت به یک اندازه عشق بورزی، آن‌گاه به همگی به‌منزله‌ی یک شخص، عشق خواهی ورزید که آن فرد هم خداست و هم انسان. بنابراین آن کسی بزرگ و درستکار است که درعین‌حال

که به خودش عشق می‌ورزد، به همه‌ی انسان‌ها به‌تساوی عشق بورزد.»[1]

1. *Meister Eckhart*, translated by R. B. Blakney, Harper & Brothers, New York, 1941, p. 204.

# فصل سوم

# عشق و فروپاشی آن در جامعه‌ی امروزی غرب

اگر عشق، توانایی‌ِ یک مَنشِ بالغ و ثمربخش باشد، پس در هر فرهنگ، توانایی عشق ورزیدن در زندگی به تأثیری که آن فرهنگ در منش فرد معمولی می‌گذارد بستگی دارد. اگر از عشق در فرهنگ امروز غرب سخن می‌گوییم منظورمان این است که آیا ساختار اجتماعی تمدن غرب و روحیه‌ی حاصل از آن به رشد عشق منتهی می‌شود یا خیر. مسلم است که پاسخ این سؤال منفی است. هیچ‌یک از ناظران عینی زندگی غرب نمی‌توانند شک کنند که عشق- عشق برادرانه، عشق مادرانه و عشق اروتیک- در غرب پدیده‌هایی نسبتاً نادر است و جای آن‌ها را شکل‌های متعددِ شبه عشق‌هایی گرفته است که درواقع، شکل‌های متعدد فروپاشی عشق هستند.

اساس جامعه‌ی سرمایه‌داری از یک طرف، اصل آزادی سیاسی و از طرف دیگر، اصل بازار به‌عنوان تنظیم‌کننده‌ی همه‌ی روابط اقتصادی و اجتماعی است. بازارِ کارهاست که تعیین می‌کند کالاها در چه شرایطی مبادله شوند. بازار کار است که خرید و فروش کار را

تنظیم می‌کند. هم چیزهای مفید و هم مهارت و انرژی انسانی مفید به کالاهایی تبدیل می‌شوند که بدون اِعمالِ زور و بدون کلاه‌برداری، تحت شرایط بازار مبادله می‌شوند. کفش با این‌که می‌تواند مفید و مورد نیاز باشد، اگر در بازار تقاضایی برای آن وجود نداشته باشد، ارزش اقتصادی (ارزش مبادله) نخواهد داشت؛ انرژی و مهارت بشر نیز تحت شرایط موجود بازار، اگر تقاضا نداشته باشد، ارزش مبادله نخواهد داشت. صاحب سرمایه می‌تواند کار را بخرد و آن را برای سرمایه‌گذاری سودآور خود به‌کار گیرد. صاحب نیروی کار باید تحت شرایط موجود بازار، کار را به سرمایه‌داران بفروشد وگرنه از گرسنگی خواهد مرد. این ساختار اقتصادی در یک سلسله‌مراتب ارزش‌ها انعکاس می‌یابد. سرمایه به کار دستور می‌دهد. اشیایی انباشته بر روی هم که مُرده است، از نیروی انسانی که زنده است، ارزش بیشتری دارد.

ساختار اساسی سرمایه‌داری از آغاز چنین بوده است؛ اما با این‌که سرمایه‌داریِ امروزی هنوز این خصیصه را دارد، چند عامل تغییر کرده که خصوصیات ویژه‌ای را به سرمایه‌داریِ امروزی می‌دهد و تأثیر مهمی در ساختارِ منشیِ انسانِ امروزی دارد. در نتیجه‌ی رشد سرمایه‌داری، شاهد روند روزافزون تمرکز و تجمع سرمایه هستیم. هرچه شرکت‌های بزرگ دائماً بزرگ‌تر می‌شوند، شرکت‌های کوچک‌تر، کوچک‌تر می‌شوند. مالکیت سرمایه‌ای که در این شرکت‌ها سرمایه‌گذاری می‌شود بیشتر و بیشتر از کارکردِ مدیریت

آن‌ها دور می‌شود. صدها هزار سهامدار، «صاحبِ» شرکت هستند؛ یک دیوان‌سالاری مدیریتی که دستمزد خوبی هم می‌گیرد ولی صاحب شرکت نیست آن را مدیریت می‌کند. این دیوان‌سالاری، بیشتر به توسعه‌ی شرکت و توسعه‌ی قدرت خود علاقه‌مند است تا به کسب بیشترین سود. تمرکز روزافزون سرمایه و ظهور دیوان‌سالاری قدرتمند مدیریتی، مطابق است با رشد جنبش نیروی کار. در نتیجه‌ی به‌وجود آمدنِ اتحادیه‌های کارگری، دیگر کارگر مجبور نیست خودش به‌تنهایی بر سر کار چانه بزند؛ او به اتحادیه‌های بزرگ کارگری می‌پیوندد و یک دیوان‌سالاری قدرتمند که نماینده‌ی او در مقابل غول‌های صنعتی است او را هدایت می‌کند. خوب یا بد، ابتکار امور هم در حوزه‌های سرمایه و هم در حوزه‌های کار از دست فرد خارج شده و به دیوان‌سالاری سپرده شده است. تعداد فزاینده‌ای از مردم استقلال خود را از دست می‌دهند و به مدیران امپراتوری‌های بزرگ اقتصادی وابسته می‌شوند.

یکی دیگر از نتایج قطعی این تمرکز سرمایه و از خصوصیات سرمایه‌داریِ امروزی، شیوه‌ی خاص سازماندهیِ کار است. شرکت‌های بسیار متمرکز با تقسیم بنیادین کار باعث سازماندهی کاری می‌شوند که فردیت را از فرد می‌گیرد و او را به یک مهره‌ی قابل تعویض در یک دستگاه تبدیل می‌کند. مسأله‌ی بشری سرمایه‌داری امروزی را می‌توان این‌گونه بیان کرد:

سرمایه‌داری امروزی به انسان‌هایی نیاز دارد که همکاری گسترده و مسالمت‌آمیزی داشته باشند؛ یعنی کسانی که می‌خواهند بیشتر و بیشتر مصرف کنند؛ کسانی که ذائقه‌شان استاندارد شده باشد و به‌راحتی تحت تأثیر قرار بگیرند و پیش‌بینی شوند. به انسان‌هایی نیاز دارد که احساس آزادی و استقلال کنند، تابع هیچ قدرت یا اصل یا وجدانی نباشند ـ با وجود این، مایل باشند فرمان‌برداری کنند، آنچه را از آن‌ها انتظار می‌رود انجام دهند؛ بدون اصطکاک وارد نظام اجتماعی شوند، بدون اِعمالِ زور به پیش بروند، بدون رهبر هدایت شوند و هدفی نداشته باشند جز این‌که خوب کار کنند، به پیش بروند، کارایی داشته باشند و به جلو حرکت کنند.

نتیجه چیست؟ انسان امروزی از خودش، از همنوعانش و از طبیعت بیگانه می‌شود.[1] او به یک کالا تبدیل شده است و نیروی زندگی خود را سرمایه‌گذاری‌ای می‌داند که باید بیشترین سود را در شرایط فعلی بازار برای او داشته باشد. روابط انسانی اساساً روابطِ آدم‌های ماشینیِ ازخودبیگانه‌شده‌ای است که هر یک امنیت خود را در نزدیکی و همرنگی با جماعت می‌داند نه در این‌که فکر، احساس و عمل متفاوتی داشته باشد. در عین این‌که هر کسی سعی می‌کند تا حد ممکن به بقیه نزدیک شود، همه تنهای تنها می‌مانند و نوعی حس عمیق ناامنی، اضطراب و گناه، آن‌ها را در بر می‌گیرد، حسی که زمانی ایجاد می‌شود که نمی‌توان بر جدایی بشری فائق آمد.

---

۱. برای بحث مفصل‌تر مسأله‌ی ازخودبیگانگی و تأثیر جامعه‌ی امروزی بر منش انسان مراجعه کنید به *جامعه‌ی سالم* نوشته‌ی اریک فروم.

تمدن ما مسکّن‌های زیادی عرضه می‌کند که به افراد کمک می‌کنند آگاهانه از این تنهایی ناآگاه باشند. قبل از هر چیز، روند یکنواخت و سختگیرانه‌ی کار دیوان‌سالارانه و ماشینی به افراد کمک می‌کند از بنیادی‌ترین امیال انسانی و میل به تعالی و یگانگی، ناآگاه بمانند. از آن‌جا که این روند یکنواخت به‌تنهایی موفق نمی‌شود، انسان برای غلبه بر ناامیدیِ ناخودآگاهش به سرگرمی، شنیدنِ منفعلانه‌ی صداها، و دیدنِ منفعلانه‌ی تصاویری که صنعتِ سرگرمی به او عرضه می‌کند روی می‌آورد؛ علاوه بر این‌ها، از خرید چیزهای نو و پس از مدتی تعویض آن‌ها رضایت کسب می‌کند. انسان امروزی به‌راستی شبیه تصویری است که هاکسلی[1] در *دنیای قشنگ نو*[2] توصیف کرده است: تغذیه و پوشش او خوب است، او از لحاظ جنسی ارضا شده است، ولی او بدون خود است، بین او و همنوعانش فقط یک ارتباط بسیار سطحی وجود دارد که آن هم به وسیله‌ی شعارهایی سوق داده می‌شود مثل شعارِ موجزِ هاکسلی: «وقتی فرد احساس می‌کند اجتماع به حرکت می‌افتد» یا «هیچ‌گاه تفریح و سرگرمی امروز را به فردا وا مگذار» یا بالاتر از همه: «امروزه همه خوشبختند». امروزه خوشبختی انسان از «تفریح و سرگرمی» تشکیل شده است. تفریح و سرگرمی یعنی لذت بردن از مصرف و «جذب» شدن به محصولاتی نظیر: تصاویر، غذاها، نوشیدنی‌ها، سیگار، مردم، سخنرانی‌ها، کتاب‌ها، فیلم‌ها که همه‌ی این‌ها مصرف

---

۲. Aldous Huxley (۱۸۹۴-۱۹۶۳)؛ نویسنده‌ی انگلیسی. ـ م.

2. *Brave New World*

و بلعیده می‌شوند. دنیا یک شیء بزرگ برای فرو نشاندن اشتها و میلِ ماست، یک سیب بزرگ، یک بطری بزرگ، یک پستان بزرگ؛ و ما مکندگانیم، و ما منتظرانی ابدی هستیم. امیدوارانیم ـ و ناامیدانِ تا ابد. منشِ ما طوری تنظیم شده است که مبادله کند و دریافت کند، دادوستد کند و مصرف کند؛ هرچیزی، خواه معنوی خواه مادی، به یک شیء برای مبادله و مصرف تبدیل می‌شود.

این وضع در مورد عشق هم ـ تا آن‌جا که ضرورت داشته باشد ـ با این منش اجتماعی انسان مطابقت دارد. آدم‌های ماشینی نمی‌توانند عشق بورزند؛ آن‌ها می‌توانند «بسته‌های شخصیتیِ» خود را با هم مبادله کنند و امیدوار باشند که معامله‌ی منصفانه‌ای صورت داده‌اند. یکی از بارزترین مظاهر عشق و به‌ویژه ازدواج در این ساختار ازخودبیگانه، مفهوم «تیم» است. در بسیاری از مقالاتی که در مورد ازدواج‌های سعادتمندانه نوشته شده، حالت آرمانی، آن است که دو طرف تیمی را تشکیل داده باشند که کارایی روان و نرمی دارد. این توصیف، تفاوت زیادی با کارکنانی که کار خود را به‌صورت نرم و روان انجام می‌دهند ندارد. این کارکنان باید «به شکل معقولی مستقل» باشند، روحیه‌ی همکاری داشته باشند، مدارا کنند و درعین‌حال، بلندپروازانه و جسور باشند. بنابراین مشاور ازدواج به ما می‌گوید شوهر باید با زنش «تفاهم داشته باشد» و به او کمک کند. باید از لباس جدید و غذای خوشمزه‌اش تعریف کند. وقتی شوهر خسته و عصبانی به خانه می‌آید زن هم باید حال و روز او را درک

کند. وقتی شوهر در مورد مشکلات کاری‌اش صحبت می‌کند زن باید به‌دقت گوش دهد و وقتی شوهر روز تولد را فراموش می‌کند همسرش نباید خشمگین شود بلکه باید به او حق دهد. چنین رابطه‌ای در کل می‌شود رابطه‌ی بدون اصطکاک بین دو نفر که در طول زندگی‌شان با هم بیگانه‌اند و هیچ‌گاه به یک «رابطه‌ی قلبی» نمی‌رسند؛ ولی با یکدیگر مؤدبانه رفتار می‌کنند و می‌کوشند احساس بهتری در یکدیگر ایجاد کنند.

در این مفهوم از عشق و ازدواج، تأکید اصلی بر دوری جستن از حسِ تحمل‌ناپذیر تنهایی است. انسان در «عشق»، پناهگاهی در مقابل تنهایی می‌یابد. یکی با دیگری در مقابل این دنیا پیمان می‌بندد و این خودخواهی ***دوطرفه*** با عشق و صمیمیت اشتباه گرفته می‌شود.

تأکید بر روحیه‌ی تیمی، مدارای متقابل و مانند آن، رویدادی نسبتاً جدید است. پیش از آن، یعنی در سال‌های پس از جنگ جهانی اول، منظور از مفهوم عشق این‌گونه بود که رضایتمندی جنسی دوطرفه، مبنای روابط عاشقانه‌ی رضایت‌بخش و به‌ویژه مبنای ازدواج سعادتمندانه بود. اعتقاد بر این بود که علتِ بدبختی فراوان در ازدواج‌ها این بود که زوجین «سازگاری جنسی» صحیحی نداشتند. علت این اشتباه، غفلت از رفتارِ «صحیحِ» جنسی و درنتیجه، رفتار اشتباه جنسی یکی از زوجین تلقی می‌شد. اگر بخواهیم این اشتباه را «درمان» کنیم و به زوج‌های بدبختی که

نمی‌توانند به یکدیگر عشق بورزند کمک کنیم، کتاب‌های بسیاری چندین و چند رهنمود می‌دهند و در مورد رفتار صحیح جنسی توصیه‌هایی می‌کنند و به‌صورت ضمنی یا صریح قول می‌دهند که عشق و خوشبختی از سر گرفته خواهد شد. باور بنیادین، این بود که عشق، بچه‌ی لذت جنسی است و اگر زوجین یاد بگیرند یکدیگر را از لحاظ جنسی ارضا کنند به یکدیگر عشق خواهند ورزید. این نگرش در راستای پندارِ عمومیِ آن روزگار بود که می‌گفت استفاده از فنون صحیح، هم مشکلات فنی تولید صنعتی و هم همه‌ی مشکلات بشری را حل می‌کند. به این نکته توجه نمی‌شد که از قضا خلاف این فرض بنیادین صحیح است.

عشق، نتیجه‌ی رضایتمندی کافی جنسی نیست، بلکه خوشبختی جنسی، آگاهی از آنچه رفتار صحیح جنسی نامیده می‌شود و نتیجه‌ی عشق است. صرف نظر از مشاهدات روزمره، اگر این نهاد به اثبات نیاز داشته باشد، چنین مدرکی را می‌توان در مطالب فراوانی که در داده‌های روانکاوی مطرح شده، دریافت. بررسی متداول‌ترین مسائل جنسی ــ سردمزاجی در زنان و شکل‌های بیشتر یا کمتر شدید ناتوانی جنسی روانی در مردان ــ نشان می‌دهد علت آن فقدان آگاهی از رفتار صحیح نیست، بلکه در بازداری‌هایی است که عشق ورزیدن را ناممکن می‌کند. ترس یا تنفر از جنس مخالف، اساسِ مشکلاتی است که مانع می‌شود فرد خودش را به‌طور کامل در اختیار بگذارد، عملکرد خودجوش داشته باشد و

در رابطه‌ی مستقیم و نزدیک جسمانی به شریک جنسی خود اعتماد کند. اگر فردی که دچار بازداری جنسی است ترس یا تنفر را کنار بگذارد و درنتیجه قادر باشد عشق بورزد، مشکلات جنسی‌اش حل خواهد شد. در غیر این صورت، هر قدر هم از رفتارهای صحیح جنسی آگاهی یابد، توفیری نخواهد کرد.

هرچند داده‌های مربوط به درمان روانکاوانه، این پندارِ غلط را خاطرنشان می‌کند که آگاهی از رفتار صحیح جنسی به عشق و خوشبختی جنسی منجر می‌شود، این فرضیه‌ی بنیادی که عشق، لازمه‌ی رضایتمندی دوطرفه‌ی جنسی است تا حد زیادی متأثر از نظریه‌ی فروید بود. از نظر فروید، عشق اساساً پدیده‌ای جنسی است. او می‌گوید: «بعد از این‌که انسان به‌تجربه دریافت که عشق جنسی (تناسلی)، بزرگ‌ترین رضایتمندی را به او می‌دهد، طوری که این عشق در واقع برای او به نمونه‌ی نخستینِ کلِ خوشبختی تبدیل شد، ناگزیر او بدین وسیله وادار شده در مسیر روابط جنسی، در پی خوشبختی‌اش باشد و اروتیسم تناسلی را محور اصلی زندگی‌اش قرار دهد.»[1] از نظر فروید، تجربه‌ی عشق برادرانه نتیجه‌ی میل جنسی است ولی در آن، غریزه‌ی جنسی به تکانه‌ای با «هدفِ بازداری‌شده» تبدیل شده است. «از اساس، عشق با یک هدفِ بازداری‌شده درواقع سرشار از عشق شهوانی است و در ذهن ناخودآگاهِ مرد هنوز چنین است.» (همان منبع، ص۶۹) تا آن‌جا که به احساس آمیختگی و

---

1. S. Freud, *Civilization and its Discontents,* Translated by J. Riviere, The Hogarth Press, Ltd., London, 1953, p. 69.

یگانگی (احساس اقیانوسی) مربوط می‌شود، تفسیر فروید از این احساس، این بود که آن یک پدیده‌ی بیمارگونه، یک قهقرا به حالت «خودشیفتگی نامحدودِ» قبلی است. این احساس، عصاره‌ی تجربه‌ی عرفانی و ریشه‌ی عمیق‌ترین حس وحدت با فرد دیگر یا یک همنوع است (همان منبع، ص۲۱).

در گامی جلوتر، فروید می‌گوید عشق به‌خودی‌خود پدیده‌ای عقلانی است. از نظر او، بین عشق غیرعقلانی و عشق به‌عنوان مظهر شخصیت بالغ تفاوتی وجود ندارد. او در مقاله‌ای در مورد عشق انتقالی[1] خاطرنشان کرد عشق انتقالی اساساً با پدیده‌ی «نابهنجار» عشق فرقی نمی‌کند. عاشق شدن همیشه در مرز نابهنجاری است، همیشه با کوری در برابر واقعیت همراه است، بی‌اختیار است و انتقالی است از اهدافِ عشقیِ دوره‌ی کودکی. از نظر فروید، عشق به‌عنوان پدیده‌ای غیرعقلانی، به‌عنوان بزرگ‌ترین دستاورد بلوغ، موضوع تحقیق نیست چون اصلاً وجود واقعی ندارد.

با وجود این، اشتباه است اگر در مورد تأثیرِ آرای فروید در این مفهوم که عشق، نتیجه‌ی جاذبه‌ی جنسی است، یا به‌عبارت بهتر، همان رضایتمندی جنسی است که در احساس خودآگاه انعکاس دارد، اغراق کنیم. رابطه‌ی علی و معلولی آن، اساساً عکسِ این حالت است. آرای فروید تا حدی متأثر از حال‌وهوای قرن نوزدهم بود. این آرا تا حد زیادی از طریق حال‌وهوای غالب و فراگیر سال‌های بعد از

---

1. Freud, *Gesamte Werke*, London, 1940-1952, Vol. X.

جنگ جهانی اول مشهور شد. بعضی از عواملی که هم بر آموزه‌های مشهور و هم بر آموزه‌های فرویدی اثر گذاشتند، واکنش در برابر آداب و رسوم سختگیرانه‌ی عصر ویکتوریا بود. عامل دوم که چارچوب نظریات فروید را تعیین می‌کند مفهوم فراگیر انسان است که براساس ساختار سرمایه‌داری بود. به‌منظور این‌که ثابت کنیم سرمایه‌داری با نیازهای طبیعی انسان مطابقت و تناظر دارد باید نشان دهیم انسان بنا به ذات و طبیعتش رقابت‌جو و پر از خصومت متقابل است؛ با این‌که اقتصاددانان این را میلِ سیری‌ناپذیر اقتصادی «ثابت کردند» و پیروان مکتب داروین از لحاظ قانون زیستیِ بقای مناسب‌ترین. ولی فروید هم به این نتیجه رسید؛ اما با این فرض که موتور محرکه‌ی انسان، میل نامحدود به فتح جنسی همه‌ی زنان است و فقط فشار جامعه است که از این‌که مرد بر اساس امیالش عمل کند جلوگیری می‌کند. درنتیجه، مردان به‌اجبار به یکدیگر حسادت می‌کنند و این رقابت و حسادت متقابل ادامه می‌یابد حتی اگر همه‌ی دلایل اجتماعی و اقتصادی از میان بروند.[۱]

درنهایت، فروید در عقیده‌ی خود تا حد زیادی متأثر از نوعی مادی‌گرایی است که در قرن نوزدهم فراگیر بود. فرضِ بر این بود که قشرِ زیرینِ همه‌ی پدیده‌های ذهنی در پدیده‌های فیزیولوژیکی

---

۱. تنها شاگرد فروید که هیچ‌گاه از استاد خود جدا نشد و کسی که در عین حال در آخرین سال‌های عمرش نظرات خود را در مورد عشق تغییر داد، ساندور فرنزی بود. برای بحث عالی‌ای در این باره مراجعه کنید به:
*The Leaven of Love* by Izette de Forest, Harper & Brothers, New York, 1954.

یافت می‌شود؛ درنتیجه فروید، عشق، تنفر، بلندپروازی، و حسادت را تحت عنوان نتایج فراوان متعدد غریزه‌ی جنسی توضیح داد. او نمی‌دید که واقعیت اساسی در کلیت وجود بشری، پیش از هر چیز در موقعیتِ مشترکِ همه‌ی انسان‌ها و در ثانی در روشِ زیستن نهفته است که به‌وسیله‌ی ساختار خاص جامعه تعیین می‌شود (گام مهمی که فراتر از این ماده‌باوری برداشته شد «ماتریالیسم تاریخی» مارکس بود که در آن نه بدن و نه غریزه‌ای مثل نیاز به غذا یا دارایی، کلید شناخت انسان است، بلکه فرایند کل زندگی انسان یعنی «عمل زیستن» او، کلید شناخت انسان است). طبق گفته‌ی فروید، ارضای کامل و بازداری‌نشده‌ی همه‌ی امیال غریزی باعث خوشبختی و سلامت روانی می‌شود. ولی واقعیت‌های بالینی روشن نشان می‌دهند مردان ـ و زنان ـ ی که زندگی‌شان را وقف رضایتمندی جنسی محدودنشده می‌کنند به خوشبختی دست نمی‌یابند و اغلب دچار تعارض‌ها یا علائم شدید روان‌رنجورانه می‌شوند. ارضای کاملِ همه‌ی نیازهای غریزی نه‌تنها مبنای خوشبختی نیست، بلکه حتی سلامت عقل را نیز تضمین نمی‌کند. با وجود این، به‌سبب تغییراتی که در حال‌وهوای سرمایه‌داری صورت گرفته بود، عقیده‌ی فروید توانست در دوره‌ی پس از جنگ جهانی بسیار مشهور شود. این تغییرات از این قرار بودند: تأکید روی هزینه کردن به‌جای تأکید بر پس‌انداز، تأکید روی مصرف به‌عنوان مبنای یک بازارِ در حال رشد و به‌عنوان عامل رضایتمندی اصلی آدم

مضطرب و ماشینی‌شده به‌جای تأکید بر روی سرخوردگی به‌عنوان وسیله‌ای برای موفقیت اقتصادی. به‌تعویق نینداختن ارضای همه‌ی امیال، گرایش عمده در حوزه‌ی آمیزش جنسی و هم‌چنین در حوزه‌ی همه‌ی مصارف مادی شد. جالب است که مفاهیم فروید را که با حال‌وهوای سرمایه‌داری موجود در آن زمان، در ابتدای قرن بیستم که هنوز در آن‌ها وقفه نیفتاده بود تطابق داشت، با مفاهیم نظری یکی از برجسته‌ترین روانکاوان معاصر یعنی اچ. اس. سالیوانِ فقید مقایسه کنیم. در تقابل با نظام روانکاوانه‌ی فروید، در دیدگاه سالیوان یک تقسیم‌بندی جدی بین جنسیت و عشق را می‌یابیم.

از نظر سالیوان معنای عشق و صمیمیت چیست؟ او معتقد است: «صمیمیت، آن نوع وضعیتی است که مستلزم آن است که دو نفر همه‌ی مؤلفه‌های ارزش فردی را تصدیق کنند. تصدیق ارزش فردی، مستلزمِ نوعی رابطه است که من آن را همکاری یا تشریک مساعی می‌دانم و منظورم از آن، سازگاریِ مشخصاً شکل‌گرفته‌ی رفتار فرد با نیازهای ابرازشده‌ی یک نفر دیگر در جستجوی وحدت بیشتر، یعنی رضایتمندی بیشتر و بیشتر، و حفظ کارکردهای امنیتی مشابه است.» اگر لُب کلام سالیوان را از زبان غامض و پیچیده‌اش جدا کنیم، می‌بینیم عصاره‌ی عشق، همکاری و تشریک مساعی‌ای است که دو نفر احساس می‌کنند: «ما بر اساس قوانینِ بازی بازی

می‌کنیم *تا* تشخص و *احساس* برتری و شایستگی‌مان را حفظ کنیم.»[۱]

همان‌طور که تعریف فروید از عشق، توصیفِ تجربه‌ی انسانِ مذکرِ مردسالارِ در سرمایه‌داری قرن نوزدهم است، توصیف سالیوان، تجربه‌ی شخصیتِ ازخودبیگانه‌ی بازاری قرن بیستم است؛ توصیف «خودپسندی **دوطرفه**» است؛ توصیف دو نفر است که منافع مشترک‌شان را روی هم می‌گذارند و با هم در مقابل این دنیای دشمن و ازخودبیگانه می‌ایستند. درواقع، تعریف او از صمیمیت دراصل برای احساس هر گروهی که همکاری دارد معتبر است؛ منظور، گروهی است که «رفتار خود را با نیازهای بیان‌شده‌ی دیگری برای رسیدن به اهداف مشترک مطابقت دهد.» (این نکته قابل توجه است که سالیوان در این‌جا از ***نیازهای بیان‌شده*** صحبت می‌کند درحالی‌که کمترین چیزی که در مورد عشق می‌توان گفت این است که عشق مستلزم واکنش نسبت به ***نیازهای بیان‌نشده‌ی*** بین دو نفر است).

عشق به‌مثابه ارضای جنسی دوجانبه و عشق به‌مثابه «کار تیمی» یا به‌مثابه پناهگاهی برای فرار از تنهایی، دو شکلِ «بهنجارِ» فروپاشیِ عشق در جامعه‌ی امروزی غرب و حالت بیمارگونه‌ی عشقِ مبتنی بر الگوی اجتماعی است. شکل‌های فردی‌شده‌ی فراوانی از

۱. همان منبع، ص ۲۴۶. تعریفِ دیگرِ سالیوان از عشق که عشق زمانی شروع می‌شود که فرد احساس می‌کند نیازهای یک نفرِ دیگر به‌اندازه‌ی نیازهای خودش مهم است، کمتر رنگ بازاری در مقایسه با سخن فوق دارد.

حالت بیمارگونه‌ی عشق وجود دارد که به درد و رنجِ آگاهانه می‌انجامد و از نظر روان‌پزشکان و بسیاری از مردم عادی، روان‌رنجورانه تلقی می‌شود. بعضی از متداول‌ترین آن‌ها در مثال‌های بعدی به‌اختصار توصیف می‌شود.

شرط اساسی عشق روان‌رنجورانه، این واقعیت است که یکی از «عشاق» یا هر دو آن‌ها هنوز به مادر یا پدر، دلبسته مانده‌اند و احساسات، انتظارات و ترس‌هایی را که زمانی نسبت به پدر یا مادر خود داشته‌اند، در زندگی بزرگسالی به معشوقشان انتقال می‌دهند. چنین افرادی هیچ‌گاه از الگوی رابطه‌ی کودکانه بیرون نیامده‌اند و در مطالبات عاطفی، در زندگی بزرگسالی در پی این الگو هستند. در این موارد، فرد از لحاظ عاطفی یک بچه‌ی دو یا پنج یا دوازده‌ساله باقی مانده ولی از نظر عقلی و اجتماعی در سطح سنِ تقویمی‌اش است.

در موارد شدیدتر، این بلوغ‌نیافتگی به اختلالاتی در اثربخشی اجتماعی منجر می‌شود. در مواردی که شدت کمتری دارد، تعارض به حوزه‌ی روابط شخصی صمیمی محدود می‌شود.

در پیوند با بحث قبلی در مورد شخصیتِ مادرمحور و پدرمحور، مثالی که در پی می‌آید این به نوع رابطه‌ی عشقی روان‌رنجورانه مربوط است که بیشتر از همه در مردانی یافت می‌شود که در فرایند رشد عاطفی‌شان در مرحله‌ی دلبستگی کودکانه به مادر گیر کرده‌اند. این‌ها کسانی هستند که به قول معروف هیچ‌گاه از شیر

مادر گرفته نشده‌اند. این مردان هنوز احساس کودکانه دارند؛ حمایت، عشق، محبت، مواظبت و ستایش مادر را می‌خواهند، عشقی که فقط به این دلیل به آن‌ها داده می‌شود که به آن نیاز دارند، فقط به این دلیل که آن‌ها بچه‌ی مادر هستند، به این دلیل که درمانده‌اند. چنین مردانی اگر سعی کنند زنی را برانگیزند که به آن‌ها عشق بورزد و حتی بعد از این‌که در این کار توفیق می‌یابند، غالباً مهربان و جذاب هستند. ولی رابطه‌شان با آن زن (مثل رابطه‌شان با همه‌ی مردم) سطحی و عاری از مسؤولیت است. هدف آن‌ها این است که کسی به آن‌ها عشق بورزد نه این‌که آن‌ها به کسی عشق بورزند. این‌گونه مردم معمولاً بسیار متکبرند و افکار دور از واقعیت دارند که کم‌وبیش پنهان است. اگر زن مناسب خود را پیدا کنند احساس امنیت می‌کنند، در پوست خود نمی‌گنجند و می‌توانند محبت و جذابیت زیادی بروز دهند و به همین دلیل است که این مردان غالباً بسیار گمراه‌کننده‌اند. اما وقتی پس از مدتی، زن از برآورده کردن انتظارات خیالی آن‌ها دست برمی‌دارد، تعارض‌ها و تنفرها و آزردگی‌ها شروع می‌شود. اگر زن همیشه او را تحسین نکند، اگر برای خود نیز حق زندگی قائل شود، اگر بخواهد خودش هم دوست داشته شود و مورد محافظت و مراقبت قرار گیرد، اگر مایل نباشد از روابط عاشقانه‌ی شوهرش با زنان دیگر چشم بپوشد (یا حتی علاقه‌ای تحسین‌آمیز به آن‌ها نداشته باشد) مرد از عمق وجود آزرده و ناامید می‌شود و معمولاً چنین دلیل‌تراشی می‌کند که

زنش «دوستش ندارد، خودخواه است یا سلطه‌گر». هر چیزی که به پای طرز برخورد یک مادرِ عاشق با فرزند خواستنی‌اش نرسد، مدرکی است دال بر فقدان عشق. این مردان به‌طور معمول رفتار محبت‌آمیزشان و میلشان به خوشحال کردن دیگران را با عشق راستین اشتباه می‌گیرند و به این نتیجه می‌رسند که با آن‌ها ظالمانه رفتار شده است. آن‌ها تصور می‌کنند خودشان عاشقانی بزرگ هستند و از ناسپاسی معشوق خود به‌تلخی گله می‌کنند.

در موارد نادر، کسی که چنین مادرمحور است، می‌تواند بدون این‌که اختلال شدیدی داشته باشد کارکرد داشته باشد. اگر مادرش به‌گونه‌ای بسیار محافظت‌کننده، او را «دوست داشته است» (شاید مادرش سلطه‌گر بوده ولی نه نابودگر)، اگر همسری از نوع همان همسرِ مادرانه پیدا کند، اگر استعدادها و قریحه‌هایش به او اجازه دهد از کشش و جذبه‌اش استفاده کند و تحسین شود (چنان که در مورد سیاستمداران موفق دیده می‌شود)، او از لحاظ اجتماعی، «سازگاری خوب»ی پیدا خواهد کرد «بدون این‌که هرگز به سطح بالاتر بلوغ برسد». اما در شرایط نامطلوب‌تر، که طبیعتاً بیشتر هم هستند، فرد در زندگی عشقی یا زندگی اجتماعی‌اشِ با شکست جدی روبه‌رو می‌شود. وقتی این نوع شخصیت تنها می‌ماند دچار تعارضات و اضطراب و افسردگی مکرر می‌شود.

در شکلِ افراطی‌ترِ بیمارگونه، تثبیت مادری، عمیق‌تر و غیرعقلانی‌تر است. به‌صورت نمادین می‌توان گفت در این سطح،

میل، نه میل بازگشت به آغوش محافظت‌کننده‌ی مادر است و نه میل به برگشت به‌سوی پستان پر از شیر مادر، بلکه میل، میلِ برگشت به رحم مادر است که دریافت‌کننده‌ی مطلق ــ و نابودکننده‌ی مطلق ـ است. اگر ماهیت سلامت عقل عبارت است از خروج از رحم و ورود به این دنیا، پس ماهیت بیماری شدید روانی عبارت است از جذب رحم شدن و مکیده شدن به داخل آن؛ و این یعنی گسستن از زندگی. این نوع تثبیت به طور معمول در رابطه با مادرانی روی می‌دهد که رابطه‌شان با بچه‌های‌شان چنین شکلِ بلعنده ـ نابودگرانه‌ای دارد. آن‌ها گاهی به اسم عشق گاهی به اسم وظیفه، می‌خواهند بچه، نوجوان یا مرد را در درون خودشان نگه دارند. فرزند نباید فقط از طریق مادر نفس بکشد؛ نباید قادر باشد عشق بورزد مگر در یک سطح جنسی ظاهری ــ باید همه‌ی زنان دیگر را تحقیر کند؛ نباید قادر باشد آزاد و مستقل باشد بلکه باید تا ابد فلج یا تبهکار باشد.

این بُعدِ مادر که بُعدِ نابودگر و محاصره‌کننده است، بُعدِ منفی مادر است. مادر می‌تواند زندگی بدهد و می‌تواند زندگی را بگیرد. او می‌تواند زنده کند و نابود کند. او می‌تواند با عشق معجزه‌ها کند و هیچ‌کس نمی‌تواند بیشتر از او آزار برساند. در شمایل‌های دینی (مثل الهه‌ی هندی *کالی*) و در نمادگرایی رؤیا اغلب هر دو جنبه‌ی متضاد مادر مشاهده می‌شود.

یک شکل متفاوت بیماری روان‌رنجوری در مواردی مشاهده می‌شود که دلبستگی عمده، دلبستگی به پدر است. نمونه‌ی آن، مردی است که مادرش سرد و کناره‌گیر است درحالی‌که پدر (تا حدی به علت سرد بودن زنش)، همه‌ی محبت و علاقه‌ی خود را بر پسرش متمرکز می‌کند. او «پدر خوب»ی است ولی درعین‌حال، مستبد. هر وقت او از سلوک پسرش خوشش می‌آید به او هدیه می‌دهد و مهربان است؛ هر وقت پسر، پدر را ناراحت می‌کند پدر از او کناره می‌گیرد و او را سرزنش می‌کند و سرکوفت می‌زند. پسر که محبت پدر تنها محبتی است که از آن بهره‌مند شده، برده‌وار به پدر وابسته می‌شود. هدف اصلی او در زندگی، خوشحال کردنِ پدر است و وقتی موفق می‌شود، احساس شادی و امنیت و رضایت می‌کند؛ اما وقتی یک اشتباه می‌کند، شکست می‌خورد یا در راضی کردن پدرش موفق نمی‌شود. احساس می‌کند صدمه دیده، از محبت محروم شده، و مطرود و رانده‌شده است. چنین مردی در مرحله‌ی بزرگسالی خواهد کوشید پدری پیدا کند تا به همین شکل به او دلبستگی پیدا کند. بسته به این‌که او توانسته است تحسین پدر را جلب کند یا خیر، کل زندگی‌اش می‌شود زنجیره‌ای از فراز و نشیب. چنین مردی اغلب در کارهای اجتماعی‌اش بسیار موفق است. او وظیفه‌شناس، قابل اعتماد و مشتاق است؛ البته به‌شرطی‌که پدر انتخابی‌اش بداند با او چگونه رفتار کند. اما در رابطه‌ای که با زنان خواهد داشت سرد و کناره‌گیر می‌ماند. زن برای او اهمیت عمده‌ای

ندارد؛ او به‌طور معمول زن را اندکی حقیر می‌داند و این اغلب زیر لوای دغدغه‌ی پدرانه برای دختربچه پنهان می‌شود. او ممکن است در ابتدا به‌سبب خصوصیات مردانه‌اش زنی را تحت تأثیر قرار دهد، ولی وقتی زنیَ با او ازدواج می‌کند درمی‌یابد که او محکوم است نقش ثانوی را برای ابراز محبت اصلی به پدری که در هر زمانی در زندگی شوهر غالب است، بازی کند؛ و بسیار مأیوس می‌شود مگر این‌که این زن دست بر قضا به پدرش دلبسته باقی مانده باشد ـ که در این‌صورت، از زندگی با شوهرش که رابطه‌اش با او مثل رابطه‌اش با کودکی دمدمی‌مزاج است خوشحال خواهد بود.

از این پیچیده‌تر، نوعی اختلال روان‌رنجورانه در عشق است که در نوع متفاوتی از وضعیت والدین ریشه دارد و زمانی روی می‌دهد که والدین یکدیگر را دوست ندارند ولی خویشتن‌دارتر از آن هستند که با هم دعوا کنند یا علائم نارضایی را آشکارا نشان دهند. درعین‌حال، دوری آن‌ها از یکدیگر باعث می‌شود در رابطه‌شان با بچه‌هایشان خودجوش نباشند و آنچه یک دختربچه در چنین محیطی تجربه می‌کند این است که «همه چیز درست است»؛ فضایی که هیچ‌گاه امکان تماس نزدیک با پدر یا مادر را فراهم نمی‌آورد و درنتیجه، دختر گیج می‌شود و می‌ترسد. او هیچ‌گاه نمی‌داند که پدر و مادرش چه احساس یا فکری دارند؛ این فضا همیشه مجهول و رمزآلود است. درنتیجه، دختر به دنیای خودش

فرو می‌رود، خیالبافی می‌کند، کناره‌گیر می‌ماند و بعدها همین طرز برخورد و نگرش را در روابط عاشقانه‌اش حفظ خواهد کرد.

علاوه بر این، این کناره‌گیری باعث اضطراب شدید و احساس تزلزل و بی‌پایگی در این دنیا می‌شود و اغلب به گرایش‌های خودآزارگرانه به‌عنوان تنها روش برخورد با هیجان شدید می‌انجامد. چنین زنانی اغلب ترجیح می‌دهند شوهرشان قشقرق به پا کند و فریاد بزند، نه این‌که رفتاری بهنجار و معقول داشته باشد؛ چون دست‌کم این کار، بار فشار و ترس را از روی دوش‌شان برمی‌دارد. مواردی که آن‌ها به‌صورت نلخودآگاه چنین رفتاری را تحریک می‌کنند چندان نادر نیست. هدف آن‌ها پایان دادن به تعلیقِ عذاب‌آورِ خنثی بودنِ عاطفی است.

دیگر شکل‌های مکرر عشق غیرعقلانی در سطور بعدی توصیف می‌شود بدون این‌که به تحلیل عوامل خاص آن‌ها در دوره‌ی کودکی که ریشه‌ی همه آن‌هاست بپردازیم:

شکلی از شبه‌عشق که کم نیست و اغلب (بیشتر در فیلم‌ها و رمان‌ها) به‌عنوان «عشق بزرگ» معرفی می‌شود ***عشق بت‌پرستانه*** است. اگر کسی به آن حد نرسیده باشد که احساس هویت، احساس «من بودن» که در شکوفایی ثمربخش نیروهای خودش ریشه دارد، بکند، گرایش می‌یابد که از معشوقش «بت» بسازد. او از نیروهای خودش بیگانه شده است و آن‌ها را به معشوق نسبت می‌دهد، معشوقی که *خیر مطلق* است و همه، عشق است و نور و سعادت. در

این روند، او خود را از هرگونه قدرت محروم می‌کند و به‌جای این‌که خودش را پیدا کند خودش را در معشوق گم می‌کند. از آن‌جا که به‌طور معمول هیچ‌کس نمی‌تواند در درازمدت، انتظارات کسی را که او را مثل بت می‌پرستد برآورده کند، بی‌گمان ناامیدی و سرخوردگی ایجاد می‌شود و به‌جای این‌که این ناامیدی و سرخوردگی جبران شود، فرد به‌دنبال بت جدیدی خواهد بود و گاهی این دور پایان نخواهد داشت. در ابتدا علامت مشخصه‌ی این نوع عشق بت‌پرستانه، شدت و ناگهانی بودنِ حسِّ عاشق‌شدن است. این عشق بت‌پرستانه غالباً عشق راستین و بزرگ توصیف می‌شود؛ ولی وقتی قرار است شدت و عمق عشق را نشان دهد فقط عطش و یأس بت‌پرست را نشان می‌دهد. لازم به گفتن نیست که کم نیستند مواردی که دو نفر یکدیگر را در یک رابطه‌ی بت‌پرستانه دوطرفه می‌یابند که گاهی در موارد حاد، نشان‌دهنده‌ی تصویر یک ***حماقت دوطرفه*** است.

شکل دیگر شبه‌عشق، چیزی است که می‌توان آن را «عشق احساساتی» نامید. جوهره‌ی آن این واقعیت است که طعم عشق را فقط در خیالات می‌توان چشید و نه در رابطه‌ی «اینک ــ و ــ این‌جا» با یک نفر دیگر که واقعی باشد. رایج‌ترین شکل این نوع عشق، رضایتمندی عشقی نیابتی است که مصرف‌کنندگان تصاویر سینمایی، داستان‌های عشقی مجلات، و ترانه‌های عاشقانه، طعم آن را می‌چشند. همه‌ی امیال ارضانشده در باب عشق و پیوند و

نزدیکی، با مصرف این محصولات ارضا می‌شوند. مرد یا زنی که در رابطه با همسرش قادر نیست از دیوار جدایی عبور کند، وقتی در داستان‌های شادکننده یا غصه‌آور عشقیِ یک زوج بر روی پرده‌ی سینمایی سهیم می‌شود، اشک می‌ریزد. برای بسیاری از زوج‌ها دیدن این داستان‌ها روی پرده‌ی سینما تنها موقعیتی است که می‌توانند طعم عشق را بچشند ـ نه برای یکدیگر، بلکه با یکدیگر به‌عنوان ناظران «عشقِ» دیگران. تا هنگامی که عشق نوعی خیالبافی باشد، آن‌ها می‌توانند در آن مشارکت کنند؛ ولی همین که نوبت به واقعیت رابطه بین دو نفر می‌رسد آن‌ها فلج می‌شوند.

بُعدِ دیگرِ عشقِ احساساتی، انتزاعی کردن آن بر حسب زمان است. ممکن است یک زوج عمیقاً تحت تأثیر خاطراتِ عشقِ گذشته‌شان یا خیالبافی‌هایشان در مورد عشق آینده‌شان قرار گیرند ـ هرچند وقتی گذشته برای آن‌ها زمان حال بود (یعنی در گذشته)، هیچ‌چیزی را حس و مشاهده نکردند. شمار نامزدها یا زوج‌های تازه‌ازدواج‌کرده‌ای که رؤیای خوشبختی عشقی در آینده را در سر می‌پرورانند ولی در لحظه‌ای که زندگی می‌کنند از یکدیگر خسته شده‌اند، به چند می‌رسد؟ این گرایش با نگرش کلی که خاص انسان امروزی است تطابق دارد. او در گذشته یا آینده زندگی می‌کند نه در حال. او یا به‌صورت احساساتی دوره‌ی کودکی و مادرش را به یاد می‌آورد یا برنامه‌هایی شادی‌بخش را برای آینده تدارک می‌بیند. خواه عشق با مشارکت در تجربه‌ی خیالی دیگران، به‌صورت نیابتی

حس شود خواه از حال به گذشته یا آینده منتقل شود، این شکل انتزاعی و ازخودبیگانه‌ی عشق به‌عنوان ماده‌ی مخدری عمل می‌کند که درد واقعیت و جدایی و تنهایی را تسکین می‌دهد.

شکل دیگرَ عشق روان‌رنجورانه، استفاده از ***سازوکارهای فرافکنانه*** به‌منظور دوری از مشکلات خود و درعوض پرداختن به کاستی‌ها و ضعف‌های «معشوق» است. در این خصوص، افراد، تا حد زیادی مثل گروه‌ها، ملت‌ها، یا امت‌ها عمل می‌کنند. آن‌ها دقیقاً متوجه نقص‌های طرف مقابل می‌شوند و بدون توجه به نقص‌های خودشان، با شادمانی به پیش می‌روند ـ همیشه مشغول متهم یا اصلاح کردن دیگران هستند. اگر هر دو نفر این کار را بکنند ــ چنان که اغلب چنین است ـ رابطه‌ی عشقی به رابطه‌ی فرافکنی متقابل تبدیل می‌شود. اگر من سلطه‌گر یا مردد یا طماع باشم، شریکم را به آن متهم می‌کنم و بسته به این‌که چه مَنِشی داشته باشم، قصد می‌کنم او را درمان کنم یا تنبیه. طرف مقابل هم همین کار را می‌کند ــ بنابراین، هر دو در غفلت از مشکلات خود و در برنداشتن هیچ گامی که به رشد خودشان کمک کند، موفق می‌شوند.

شکلِ دیگرِ فرافکنی، فرافکنیِ مشکلاتِ خود بر روی بچه‌هاست. ابتدا چنین فرافکنی‌ای اغلب در آرزوی بچه‌دار شدن روی می‌دهد. در چنین مواردی، آرزوی بچه‌دار شدن در وهله‌ی اول به‌وسیله‌ی فرافکنیِ مشکلاتِ وجودیِ خود فرد بر روی مشکلات وجودی بچه‌ها تعیین می‌شود. وقتی یک نفر احساس می‌کند قادر نبوده است از

زندگی خود سر در بیاورد، او هم در درون خود و هم در مورد بچه‌ها محکوم به شکست است. در مورد اول به این دلیل که فرد می‌تواند مسأله‌ی وجود را فقط برای خودش حل کند نه به‌صورت نیابتی (یا به‌واسطه‌ی دیگری). در مورد دوم، به این سبب که فرد خصوصیاتی دارد که برای هدایت بچه‌ها در جستجوی خودشان به‌منظور یافتن پاسخ، لازم است. وقتی مسأله‌ی جدایی در ازدواج‌های شکست‌خورده مطرح می‌شود، بچه‌ها به‌عنوان اهدافی برای فرافکنی به‌کار برده می‌شوند. استدلالِ پیش‌پاافتاده‌ی والدین در چنین وضعیتی این است که آن‌ها برای خاطر بچه‌ها و این‌که از نعمت کانون خانواده محروم نشوند، از هم جدا نمی‌شوند. با وجود این، هر بررسی مفصلی نشان می‌دهد صدماتِ حاصل از جوّ فشار و بدبختی و ناراحتی در «خانواده‌ی متحد»، به‌مراتب از جدایی آشکار بیشتر است ـ این جدایی دست‌کم به بچه‌ها یاد می‌دهد که انسان می‌تواند با یک تصمیم شجاعانه به وضعیتی تحمل‌ناپذیر پایان دهد.

در این‌جا باید به یک اشتباه متداول دیگر اشاره کنیم: این پندار که عشق لزوماً به‌معنای نبودنِ تعارض است. همان‌طور که مردم باور دارند در هر اوضاع و احوالی باید از درد و غم دوری کرد، باور دارند که عشق به‌معنای نبودِ هرگونه تعارض است و چنین اظهار می‌کنند که کشمکش‌های اطراف آن‌ها ظاهراً فقط تبادلات مخربی هستند که هیچ خیری برای طرفین ندارند. علت آن نیز این است که «تعارض‌ها»ی اغلبِ افراد درواقع تلاش‌هایی است برای دوری از

**تعارض‌های *واقعی*.** آن‌ها اختلافاتی در مورد موضوعات جزئی یا سطحی هستند که اساساً تبیین یا راه‌حلی ندارند. تعارض‌های واقعی بین دو نفر، آن‌هایی که کارکرد آن‌ها لاپوشانی یا فرافکنی نیست ـ بلکه آن‌هایی که در سطح عمیق واقعیت درونی‌ای که به آن تعلق دارند بروز می‌یابند ـ مخرب نیستند. آن‌ها به تبیین و روشن‌سازی می‌انجامند، پالایش روانی‌ای ایجاد می‌کنند که هر دو طرف با شناخت بیشتر و قدرت بیشتر از آن بیرون می‌آیند. این ما را وامی‌دارد بر آنچه پیش از این گفتیم تأکید کنیم.

عشق فقط درصورتی ممکن است که دو نفر از کانون هستی خود با یکدیگر ارتباط برقرار کنند و درنتیجه، هر یک از طرفین، خودش را از کانون هستی‌اش باز شناسد. فقط در این «وجودِ کانونی» است که واقعیت بشری و حیات وجود دارد. فقط این‌جاست که مبنای عشق است. عشقی که بدین‌گونه حس شود چالشی دائمی است؛ یک محل آرامش نیست بلکه حرکت و رشد و کار است با هم. حتی این‌که آیا در آن هماهنگی هست یا تعارض، شادی هست یا غنا، نسبت به این واقعیت بنیادی که دو نفر از جوهره‌ی وجودی‌شان یکدیگر را باز می‌شناسند و با یکی بودن با یکدیگر، یکی هستند نه با فرار کردن از یکدیگر، در درجه‌ی دوم اهمیت قرار دارد. فقط یک چیز وجود عشق را ثابت می‌کند: عمقِ رابطه، و سرزندگی و قدرت در هر یک از طرفین؛ این میوه‌ای است که با آن می‌توان به‌وجود عشق پی برد.

همان‌طور که آدم‌های ماشینی نمی‌توانند به یکدیگر عشق بورزند، به‌خدا هم نمی‌توانند عشق بورزند. ***فروپاشی عشق به خدا*** همسنگ فروپاشی عشق به انسان شده است. این واقعیت در تضاد آشکار با این باور است که ما شاهد یک نوزایی دینی در این عصر هستیم. باید حقیقت را پذیرفت. آنچه مشاهده می‌کنیم (هرچند استثناهایی وجود دارد) بازگشت به مفهوم بت‌پرستانه‌ی خدا و تبدیل عشق به خدا به رابطه‌ای است که ساختاری ازخودبیگانه دارد. به‌راحتی می‌توان بازگشت به تلقی بت‌پرستانه از خدا را مشاهده کرد. مردم شوق دارند، ولی اصول اعتقادی ندارند. آن‌ها می‌بینند هدفی ندارند جز این‌که به پیش بروند. درنتیجه، همچنان بچه می‌مانند و امیدوارند وقتی کمک لازم دارند پدر یا مادر به یاری‌شان بیاید.

درست است که در فرهنگ‌های دینی مثل فرهنگ‌های قرون وسطی، انسان عادی، خدا را پدر یا مادری مددکار می‌دانست؛ اما درعین‌حال، خدا را جدی می‌گرفت چنان که هدف مهم زندگی او این بود که براساس اصول خداوند زندگی کند و «رستگاری» را عالی‌ترین دغدغه‌ای قرار دهد که همه‌ی فعالیت‌های دیگر تابع آن باشند. امروزه از چنین کوششی چیزی باقی نمانده است. زندگی روزمره به‌طور کامل از هر ارزش دینی جدا شده است؛ وقفِ تلاش برای آسایش مادی و موفقیت در عرصه‌ی بازار شخصیت شده است. اصولی که تلاش‌های دنیوی ما بر بستر آن‌ها ساخته شده، اصول

بی‌اعتنایی و خودپسندی هستند (که بر دومی، برچسب «فردگرایی» یا «ابتکارعمل فردی» زده شده است). انسانی را که فرهنگ به‌راستی دینی دارد می‌توان با بچه‌هایی که در حول‌وحوش هشت‌سالگی هستند مقایسه کرد، بچه‌هایی که به پدر به‌عنوان مددکار نیاز دارند و تعلیمات و اصول او را در زندگی‌شان به‌کار می‌گیرند. انسان امروزی مانند یک بچه‌ی سه‌ساله است که وقتی به پدرش نیاز دارد برای پدر گریه می‌کند و وقتی می‌تواند بازی کند خودکفاست.

از این نظر، ما در وابستگی کودکانه به تصویری انسان‌انگارانه از خدا، بدون دگرگونی حیات بر طبق اصولِ خدا، به قبایل ابتدایی بت‌پرست نزدیک‌تریم تا به فرهنگ دینی قرون وسطی. از نظر دیگر، وضعیت دینی ما مشخصه‌هایی را نشان می‌دهد که جدید است و مختص جامعه‌ی سرمایه‌داری غرب. می‌توانم به آنچه در قسمت قبلی این کتاب بیان کردم اشاره کنم. انسان امروزی خود را به یک کالا تبدیل کرده است؛ او نیروی حیات خود را نوعی سرمایه‌گذاری می‌داند که با توجه به موقعیت و وضعش در بازار شخصیت باید بیشترین سود را از این سرمایه‌گذاری به‌دست آورد. او از خودش، از همنوعانش و از طبیعت بیگانه شده است؛ هدف اصلی او تبادل سودمندانه‌ی دانش و مهارت‌هایش و خودش، و «بسته‌ی شخصیت»اش، با هر یک از دیگرانی است که به همان اندازه به تبادل عادلانه و سودمندانه علاقه‌مند باشند. زندگی هدفی ندارد جز

حرکت، اصلی ندارد جز اصل تبادل منصفانه، رضایتمندی‌ای ندارد جز مصرف.

در چنین اوضاع و احوالی مفهوم بشر چه معنایی دارد؟ این مفهوم از معنای اولیه‌ی دینی‌اش به‌معنایی تغییر یافته است که برای فرهنگ ازخودبیگانه‌ی موفقیت، مناسب است. در احیای دینی اخیر، ایمان به خدا به یک ابزار روان‌شناختی تبدیل شده تا فرد را برای کشمکش رقابتی، مناسب‌تر و آماده‌تر کند.

دین با «خود ـ تلقینی[1]» و روان‌درمانی متحد شده تا در فعالیت‌های مربوط به کسب‌وکار به انسان کمک کند. انسان در دهه‌ی ۱۹۲۰ برای «بهبود شخصیتی خود» هنوز از خدا چیزی درخواست نکرده بود. کتاب پرفروش دیل کارنگی[2] در سال ۱۹۳۸ به نام *آیین دوست‌یابی* فقط و فقط به امور دنیوی می‌پرداخت. کارکرد کتاب کارنگی در آن زمان، کارکرد کتاب پرفروش عصر ما یعنی *قدرت تفکر مثبت* اثر نورمن وینسنت پیل[3] است. در این کتاب دینی حتی این سؤال مطرح شده است که آیا دغدغه‌ی غالب ما در مورد موفقیت به‌خودی‌خود با روح دینی یکتاپرستانه، مطابق است یا خیر. برعکس، در مورد این هدف عالی هیچ تردیدی ابراز نشده ولی ایمان به خدا و اعتقاد به دعا به‌عنوان ابزاری برای افزایش توانایی در موفق

---

1. Autosuggestion

۲. Dale Carnegie (۱۸۸۸-۱۹۵۵)؛ نویسنده‌ی آمریکایی. از مهم‌ترین آثار او *آیین دوست‌یابی* (*How to Win friends and Influence People*) نام دارد. ـ م.

۳. Norman Vincent Peale (۱۸۹۸-۱۹۹۳)؛ نویسنده‌ی آمریکایی که از مهم‌ترین آثار او می‌توان به *قدرت تفکر مثبت* (*The Power of Positive Thinking*) اشاره کرد. ـ م.

شدن توصیه می‌شود. همان‌طور که روان‌پزشکان امروزی به شاغلان توصیه می‌کنند اگر خوشحال‌تر و شادتر باشند مشتریان بیشتری را جذب می‌کنند، بعضی از کشیش‌ها نیز توصیه می‌کنند که اگر می‌خواهید موفق‌تر باشید باید به خدا عشق بورزید. «خدا را شریکتان بکنید» یعنی خدا را در کسب‌وکار شریک خودتان کنید نه این‌که در عشق، عدالت و حقیقت با او یکی شوید. همان‌طور که نوعی عدالتِ غیرشخصی، جایگزین عشقِ برادرانه شده است، خدا نیز به مدیر کل شرکت بازرگانی جهان تبدیل شده است؛ می‌دانید که او آن‌جاست، نمایش را کارگردانی می‌کند (هرچند احتمالاً بدون او هم چرخ آن خواهد چرخید)، هیچ‌گاه او را نمی‌بینید؛ ولی وقتی «نقش‌تان را ایفا می‌کنید» رهبری او را تصدیق خواهید کرد.

# فصل چهارم
# تمرین عشق

پس از این‌که به جنبه‌ی نظری هنر عشق ورزیدن پرداختیم، اینک با مسأله‌ای بس مشکل‌تر روبه‌رو می‌شویم و آن *تمرین هنر عشق ورزیدن* است. آیا بدون تمرین کردن می‌توان چیزی از یک هنر را آموخت؟

سختی مسأله از این رو بیشتر می‌شود که امروزه خیلی‌ها و درنتیجه، بسیاری از خوانندگانِ این کتاب انتظار دارند از رهنمودهای خودآموزی بهره‌مند شوند که به این می‌پردازد که چگونه می‌توان عشق ورزیدن را آموخت. متأسفانه باید بگویم هر کسی با این نگرش به این فصل کتاب مراجعه کند بسی ناامید خواهد شد. عشق ورزیدن، تجربه‌ای است شخصی که هر کسی فقط خودش و برای خودش می‌تواند داشته باشد؛ درواقع، کمتر کسی هست که طعم آن را دست‌کم به شکل ابتدایی در کودکی، جوانی یا بزرگسالی نچشیده باشد. کاری که مبحث تمرین عشق ورزیدن می‌تواند بکند این است که مقدمات هنر عشق ورزیدن، رویکردهای نسبت به آن و تمرین این مقدمات و رویکردها را تشریح کند. گام‌هایی که برای رسیدن به هدف برداشته می‌شود

فقط باید با پاهای خودِ فرد برداشته شود و بحث ما قبل از این‌که گامی قطعی برداشته شود به‌پایان می‌رسد. با وجود این، اعتقاد دارم بحث در مورد رویکردها می‌تواند برای تسلط بر این هنر مفید باشد، دست‌کم برای کسانی که انتظار ندارند رهنمود بشوند.

تمرین هر هنری، چه نجاری و پزشکی، چه هنر عشق ورزیدن، یک مجموعه شروط کلی دارد. قبل از هر چیز، تمرینِ هر هنری، مستلزم *انضباط* است. اگر من هر کاری را با انضباط انجام ندهم در آن به مهارت نمی‌رسم؛ هر کاری را که فقط زمانی انجامش می‌دهم که «حالش را داشته باشم»، شاید یک سرگرمی خوب یا مفرح باشد، ولی هیچ‌گاه بر آن کار تسلط نخواهم یافت. اما مسأله فقط مسأله‌ی انضباط در تمرین یک هنر خاص (برای مثال هر روز چند ساعت تمرین کردن) نیست بلکه مسأله، مسأله‌ی انضباط در کل زندگی فرد است. شاید گمان کنیم برای انسان امروزی یادگیری انضباط از هر چیز راحت‌تر است. مگر او روزی هشت ساعت با بیشترین انضباط به یک کارِ به‌شدت یکنواخت نمی‌پردازد؟ با وجود این، واقعیت این است که انسان امروزی در خارج از حوزه‌ی کار، انضباطِ فردیِ بس ناچیزی دارد. وقتی کار نمی‌کند، می‌خواهد تنبل باشد، قوز کند یا به‌عبارت بهتر، «استراحت کند». این میل به تنبلی تا حد زیادی واکنشی است در قبال یکنواختی و روزمرگیِ زندگی، و انسان فقط به این دلیل که مجبور می‌شود روزی هشت ساعت کار کند تا انرژی‌اش را صرف چیزی کند که نه اهداف آن و نه شیوه‌ی انجام آن

مال اوست بلکه بر اساس آهنگ کار برای او مقرر شده، شورش می‌کند و شورش او شکل نوعی لذت‌طلبی و ناپرهیزی کودکانه به خود می‌گیرد. علاوه بر این، انسان در نبرد با استبداد و خودکامگی نسبت به همه‌ی انضباط‌ها بی‌اعتماد می‌شود، هم انضباطی که از مقام بالاتر که بی‌منطق است تحمیل می‌شود و هم انضباط منطقی‌ای که خودش به خودش تحمیل می‌کند. با وجود این، اگر چنین انضباطی وجود نداشته باشد زندگی فرو می‌پاشد، دچار هرج‌ومرج و بی‌نظمی می‌شود و تمرکز خود را از دست می‌دهد.

این‌که *تمرکز* شرط لازم برای تسلط بر هر هنری است نیازی به اثبات ندارد. هر کسی که سعی کرده باشد هنری یاد بگیرد این را می‌داند. با وجود این، در فرهنگ ما تمرکز حتی از انضباط فردی کمیاب‌تر است. در مقابل، فرهنگ ما به یک الگوی نامتمرکز و پراکنده از زندگی منتهی می‌شود که نظیر آن در هیچ جای دیگر وجود ندارد. انسان چندین کار را با هم انجام می‌دهد: مطالعه می‌کند، به رادیو گوش می‌کند، حرف می‌زند، سیگار می‌کشد، غذا می‌خورد، می‌نوشد. انسان مصرف‌کننده‌ای است که دهانش باز است و مشتاق و آماده است که هر چیزی را ببلعد: فیلم، الکل، دانش. این فقدان تمرکز در این‌که تنها بودن با خودمان برایمان مشکل است به‌روشنی نشان داده می‌شود. برای خیلی‌ها محال است آرام بنشینند بدون این‌که حرفی بزنند، سیگار بکشند، چیزی بخوانند یا چیزی بنوشند. آن‌ها عصبانی و بی‌قرار می‌شوند و باید با دهان یا

دست‌هایشان کاری بکنند (سیگار کشیدن، یکی از علائم این فقدان تمرکز است؛ دست و دهان و چشم و بینی را به‌کار می‌گیرد).

عامل سوم صبر است. باز هم می‌گویم هر کسی که سعی کرده باشد بر هنری مسلط شود می‌داند که اگر کسی می‌خواهد به چیزی برسد، باید شکیبا باشد. اگر کسی در پی نتایج سریع است هیچ‌گاه هیچ هنری را یاد نمی‌گیرد. با وجود این، تمرین صبر به‌اندازه‌ی تمرین انضباط و تمرکز، سخت است. کل نظام صنعتی ما درست عکسِ این را پرورش می‌دهد: سرعت. همه‌ی دستگاه‌های ما برای سرعت طراحی شده‌اند: خودرو و هواپیما ما را به‌سرعت به مقصد می‌رسانند، هرچه سریع‌تر، بهتر. دستگاهی که بتواند همان مقدار کار را در نصف زمان انجام دهد از دستگاه قدیمی‌تر و آهسته‌تر، دو برابر خوب‌تر است. البته، این دلایل اقتصادی مهم زیادی دارد؛ ولی مثل موارد متعدد دیگر، ارزش‌های انسانی به‌وسیله‌ی ارزش‌های اقتصادی تعیین شده‌اند. منطق، این است که آنچه برای ماشین خوب است باید برای انسان خوب باشد. انسان امروزی خیال می‌کند وقتی کارها را به‌سرعت انجام نمی‌دهد چیزی ـ وقت ـ را از دست می‌دهد. او نمی‌داند با وقتی که به دست می‌آورد چه کند، جز این‌که آن را بکُشد.

سرانجام، یکی از شروط یادگیری هر هنری، *دغدغه‌ی بسیار* به مسلط شدن بر آن هنر است. اگر شاگرد اهمیت بسیار برای هنر قائل نشود هیچ‌گاه آن را فرا نخواهد گرفت. او در بهترین حالت، یک آماتور خوب باقی می‌ماند ولی هیچ‌گاه استاد نخواهد شد. این شرط برای هنر عشق

ورزیدن، مثل هر هنر دیگری لازم است. با وجود این، به‌نظر می‌رسد در مقایسه با دیگر هنرها، نسبتِ کسانی که در هنر عشق آماتور هستند از کسانی که استادند بسیار بیشتر است.

در موردِ شروطِ کلیِ یادگیریِ هر هنری باید به یک نکته‌ی دیگر هم توجه کرد. به عبارتی می‌توان گفت فرد هنر را نه به‌صورت مستقیم بلکه به‌صورت غیرمستقیم یاد می‌گیرد. قبل از این‌که فرد شروع کند به یادگیریِ خود هنر، باید چیزهای زیاد دیگری، و اغلب چیزهای ظاهراً نامرتبط را یاد بگیرد. شاگرد نجار ابتدا یاد می‌گیرد چگونه چوب را رنده کند. هنرجویی که می‌خواهد هنر نواختن پیانو را یاد بگیرد ابتدا گام‌ها را تمرین می‌کند. شاگرد هنر تیراندازی با کمان به کمک تفکر درونی ابتدا تمرین‌های تنفسی را انجام می‌دهد. اگر کسی می‌خواهد در هر هنری استاد شود باید کل زندگی‌اش را وقف آن یا دست‌کم امور مربوط به آن کند. خود فرد، ابزاری در تمرین هنر می‌شود و باید طبق کارکردهای خاصی که مجبور است آن‌ها را تحقق بخشد آماده نگه داشته شود. درخصوص هنر عشق ورزیدن، این بدان معناست که هر کسی که آرزو دارد در این هنر استاد شود، ابتدا باید انضباط و تمرکز و صبر را در هر مرحله از زندگی‌اش تمرین کند.

چگونه فرد انضباط را تمرین می‌کند؟ پدربزرگ‌های ما خیلی بهتر می‌توانستند به این سؤال پاسخ دهند. توصیه‌ی آن‌ها این بود که صبح‌ها زود از خواب بیدار شوید، در پرداختن به تجملات و قرار

گرفتن در ناز و نعمت زیاده‌روی نکنید و با تمام توان کار کنید. این نوع انضباط کاستی‌های آشکاری داشت، سختگیرانه و مستبدانه بود، بر محور فضیلت‌های قناعت و پس‌انداز قرار داشت، و در بسیاری موارد، با زندگیِ دشمن بود؛ اما در واکنش به این نوع انضباط، گرایش روزافزونی وجود دارد به این‌که نسبت به هر انضباطی سوءظن داشته باشیم و زیاده‌رویِ مبتنی بر بی‌انضباطی و تنبلی در بقیه‌ی زندگی را وزنه‌ای تعادلی کنیم برای شیوه‌ی یکنواخت‌شده‌ی زندگی که در طول هشت ساعت کار بر ما تحمیل می‌شود. بیدار شدن در یک ساعت منظم، اختصاص مدت زمان منظمی در طول روز به فعالیت‌هایی مثل تأمل، مطالعه، گوش کردن به موسیقی، پیاده‌روی، زیاده‌روی نکردن، لااقل نگذشتن از یک حداقل مشخص در فعالیت‌های واقع‌گریزانه مثل پرداختن به فیلم‌ها و داستان‌های اسرارآمیز و پرهیز از زیاده‌روی در خوردن و آشامیدن، از قوانین روشن و مقدماتی هستند. با وجود این، ضرورت دارد انضباط مانند قانونی که از بیرون به فرد تحمیل می‌شود تمرین نشود، بلکه مظهر اراده‌ی خود فرد شود، فرد آن را به‌صورت دلپذیر و مطلوب احساس کند، و به‌آهستگی به نوعی رفتار عادت کند که اگر دست از آن بردارد دلش برای آن تنگ شود.

یکی از ابعاد تأسف‌آور برداشت غربی‌ای که ما از انضباط (مثل هر فضیلت دیگر) داریم، این است که تصور می‌شود تمرین آن تا حدی دردناک است و فقط اگر دردناک باشد می‌تواند «خوب» باشد.

مدت‌ها پیش، شرق پی برده است که آنچه برای انسان- برای جسم و روح او- خوب است باید مطلوب نیز باشد؛ حتی اگر لازم باشد در ابتدا بر مقداری مقاومت غلبه کرد.

در فرهنگ ما تمرین و تمرکز به‌مراتب مشکل‌تر است. در این فرهنگ به‌نظر می‌رسد همه‌چیز بر ضد تمرکز عمل می‌کند. مهم‌ترین مرحله‌ی این‌که یاد بگیریم تمرکز کنیم این است که یاد بگیریم با خودمان تنها باشیم بدون این‌که مطالعه کنیم، به رادیو گوش کنیم، سیگار بکشیم یا چیزی بنوشیم. درواقع، توانایی در تمرکز به‌معنای توانایی در تنها بودن با خویشتن است و این توانایی، بی‌کم‌وکاست شرط توانایی در عشق ورزیدن است. اگر من به این سبب به دیگری دلبسته شده‌ام که نمی‌توانم روی پای خودم بایستم، شاید آن فرد زندگی‌ام را نجات دهد؛ ولی رابطه‌ی من و او رابطه‌ی عاشقانه نیست. نکته این‌جاست که فرد بتواند تنها باشد، شرط توانایی در عشق ورزیدن است. هر کسی که بکوشد با خودش تنها باشد متوجه خواهد شد این کار چقدر سخت است. او بی‌آرام و قرار و حتی بسیار مضطرب خواهد شد. گرایش خواهد یافت برای بی‌میلی خود به ادامه‌ی تمرینِ تنها بودن دلیل‌تراشی کند؛ به این‌صورت که گمان کند این تمرین ارزشی ندارد، احمقانه است، زیاد وقت می‌گیرد، و به همین ترتیب. همچنین مشاهده می‌کند همه‌جور فکری به سراغش می‌آید و او را تسخیر می‌کند. او به‌جای این‌که به ذهنش اجازه دهد خودش را خالی کند، می‌بیند ذهنش

درگیر این است که چه برنامه‌هایی برای امروز دارد، شب کجا باید برود، یا خیلی چیزهایی دیگر که ذهنش را مشغول می‌کند. انجام چند تمرین می‌تواند مفید باشد. برای مثال، در حالتی آسوده بنشینید (نه قوز کنید نه خیلی خشک و سفت بنشینید)، چشم‌هایتان را ببندید، یک پرده‌ی سفید را جلوی چشمانتان ببینید و سعی کنید همه‌ی تصاویر و افکار مزاحم را از ذهن حذف کنید؛ سپس سعی کنید تنفس‌تان را دنبال کنید؛ نه این‌که درباره‌ی آن فکر کنید و نه این‌که آن را به زور انجام دهید، بلکه آن را دنبال کنید ـ و با این کار، آن را حس کنید؛ سپس سعی کنید احساسی از «من» داشته باشید: من= خودم. مرکز قدرت‌هایتان، خالق دنیایتان. هر کس دست‌کم باید هر روز صبح و حتی شب‌ها قبل از این‌که به بستر برود، چنین تمرینِ تمرکزی را انجام دهد.[1]

علاوه بر چنین برنامه‌هایی، فرد باید یاد بگیرد در هر کاری که می‌کند، هر موسیقی‌ای که گوش می‌کند، هر کتابی که می‌خواند، به‌هنگام حرف زدن با خودش و به‌هنگام دیدن یک منظره، تمرکز کند. فعالیتی که فرد در هر لحظه انجام می‌دهد باید تنها چیزی باشد که مهم است و فرد خود را به‌طور کامل در اختیار آن قرار

---

۱ . درحالی که مقادیر قابل توجهی از نظریه و تمرین در این موضوع در فرهنگ‌های شرقی مخصوصاً فرهنگ‌های هندی وجود دارد، ولی اهداف مشابهی در سال‌های اخیر در غرب دنبال شده است. به‌نظر من، مهم‌ترینِ آن‌ها مکتب گیندلر(Gindler) است که عبارت است از حس کردن بدن. برای شناخت روش گیندلر مراجعه کنید به کتاب شارلوت سلور(Charlotte Selver)مباحث مربوط به «New School » در نیویورک.

دهد. اگر فرد تمرکز داشته باشد، این‌که چه کاری می‌کنـد اهمیـت ناچیز دارد؛ هم چیزهای مهم و هم چیزهای غیرمهم، بُعدِ تـازه‌ای از واقعیت می‌گیرند چون تمرکز کامـل فـرد بـر آن‌هاسـت. یـادگیریِ تمرکز مستلزم آن است که تا حد ممکن از گفتگوی سطحی بی‌مایه و پیش‌پاافتاده، یعنی گفتگویی که اصیل نیست اجتناب کرد. اگر دو نفر در مورد رشد درختی که هر دو می‌شناسند یـا دربـاره‌ی مـزه‌ی نانی که تازه با هم خورده‌اند یا درباره‌ی یـک تجربـه‌ی مـشترک در کارشـان صحبت می‌کنـند، چنین گفتگویی می‌تواند بجا باشد به ایـن شرط که دو طرف آنچه را دربـاره‌ی آن صـحبت مـی‌کننـد حـس و درک کنند و به‌صورت انتزاعی به آن نپردازند؛ از طرف دیگر، موضوع گفتگو می‌تواند سیاست یا دین باشد و درعین‌حال، سطحی، بی‌مایـه یا پیش‌پاافتاده باشد؛ ایـن حالـت زمـانی روی مـی‌دهـد کـه دو نفـر به‌صورت کلیشه‌ای صحبت کنند، وقتی به آنچـه مـی‌گوینـد اعتقـاد قلبی نداشته باشند. در این‌جا باید اضافه کنم درست همان‌طـور کـه مهم است از گفتگوهای پیش‌پاافتـاده و سـطحی یـا بـی‌مایـه دوری کنیم، مهم است که از معاشرت با آدم‌های بد دوری کنیم. منظـورم فقط آدم‌های شرور و ویرانگر نیست. باید از معاشرت با آن‌هـا دوری کنیم چون مداری که آن‌ها بر آن می‌چرخند مسموم و افسرده‌کننده و دلگیر است. منظورم معاشرت با مرده‌های متحرک است، با کسانی که روحشان مرده هرچند جسمشان زنده است؛ کسانی کـه افکـار و گفتگوهایشان سطحی و بی‌مایه و پیش‌پاافتـاده اسـت؛ کـسانی کـه

به‌جای این‌که حرف بزنند وراجی می‌کنند و به‌جای این‌که فکر کنند از عقاید جزمی دفاع می‌کنند. با وجود این، همیشه این امکان و ضرورت وجود ندارد که از معاشرت با چنین کسانی اجتناب کنیم. اگر فرد نه به‌صورت قابل انتظار، یعنی با کلیشه‌ها و چیزهای پیش‌پاافتاده، بلکه به‌صورت مستقیم و انسانی به این آدم‌ها واکنش نشان دهد، اغلب خواهد دید آن‌ها رفتارشان را تغییر می‌دهند. آنچه به این تغییر رفتار کمک می‌کند این است که آن‌ها با بهت حاصل از مواجهه با امور دور از انتظار، غافلگیر می‌شوند.

تمرکز در رابطه با دیگران اساساً به‌معنای توانایی گوش دادن است. خیلی‌ها حرف دیگران را می‌شنوند یا حتی به آن‌ها پند و اندرز می‌دهند بدون این‌که به‌راستی به حرف آن‌ها گوش کرده باشند. آن‌ها حرف‌های طرف مقابل را جدی نمی‌گیرند، حتی پاسخ‌های خودشان را نیز جدی نمی‌گیرند. درنتیجه، حرف زدن خسته‌شان می‌کند. به‌غلط خیال می‌کنند اگر با تمرکز گوش کنند حتی خسته‌تر خواهند شد؛ اما خلاف این صحیح است. هر فعالیتی اگر با تمرکز انجام شود فرد را بیدارتر می‌کند (هرچند پس از آن، خستگی طبیعی و مفیدی ایجاد می‌شود). درعین‌حال، فقدان تمرکز باعث می‌شود فرد خواب‌آلوده شود و از طرفی، در ساعات پایانیِ روز به‌دشواری به خواب برود.

متمرکز شدن یعنی زندگی کامل در زمان حال، در این‌جا و اینک، نه این‌که در زمان حاضر که دارم کاری را انجام می‌دهم، به کار بعدی

فکر کنم. لازم به گفتن نیست که کسانی باید بیشتر از همه تمرکز را تمرین کنند که به یکدیگر عشق می‌ورزند. آن‌ها باید یاد بگیرند به هم نزدیک باشند بدون این‌که به شیوه‌های بسیاری که عادت‌گونه شده‌اند، از هم بگریزند. شروع تمرین تمرکز، مشکل خواهد بود؛ طوری به‌نظر می‌رسد گویی فرد هیچ‌گاه به هدف خود نمی‌رسد. لازم به گفتن نیست که این به‌معنای ضرورتِ داشتنِ صبر است. اگر فرد نداند هر چیزی وقت خودش را دارد و اگر بخواهد کارها را زورکی پیش ببرد، در تمرکز موفق نخواهد شد و در هنر عشق ورزیدن نیز توفیقی نخواهد یافت. اگر می‌خواهید بدانید صبر به چه معناست کافی است به بچه‌ای که دارد کم‌کم راه رفتن را یاد می‌گیرد نگاه کنید. او می‌افتد، دوباره می‌افتد؛ دوباره می‌افتد، ولی به تلاش و پیشرفت ادامه می‌دهد تا این‌که روزی می‌رسد که بدون این‌که بیفتد، راه می‌رود. اگر بزرگسالان در دنبال کردن آنچه برایشان مهم است صبر و تمرکزِ کودک را داشتند به چه چیزها می‌توانستند برسند!

کسی نمی‌تواند یاد بگیرد تمرکز کند مگر این‌که ***به خودش حساس*** شود. این به چه معناست؟ آیا آدم باید همیشه درباره‌ی خودش فکر کند، «خودش» را «تحلیل کند»، یا کار دیگر نیز باید بکند؟ اگر می‌خواستیم در مورد حساسیت نسبت به یک دستگاه صحبت کنیم توضیحِ این‌که این حساسیت به چه معناست اندکی مشکل بود. برای مثال، هر کسی که خودرویی را می‌راند نسبت به آن حساس است، حتی متوجه یک صدای کوچک و غیرعادی و یک تغییر جزئی در

شتاب موتور می‌شود. به همین ترتیب، راننده به حرکات خودروهای جلو و عقب خود حساس است. ولی **راجع به** این‌همه عامل **فکر نمی‌کند**؛ ذهن او در حالت هوشیاریِ ریلکس است و همه‌ی تغییرات مرتبط با وضعیتی را که بر آن تمرکز کرده ــ تغییرات مربوط به رانندگی ایمن- دریافت می‌کند.

اگر به حالت حساس بودن نسبت به یک انسان دیگر نگاه کنیم، روشن‌ترین نمونه را در حساسیت و پاسخگویی مادر نسبت به فرزندش می‌یابیم. قبل از این‌که خواسته‌ها و اضطراب‌ها و تغییرات بدنی کودک به‌صورت آشکار بیان شود، مادر متوجه آن‌ها می‌شود. با این‌که صدای خیلی بلندتری او را از خواب بیدار نمی‌کند، با صدای گریه‌ی بچه‌اش از خواب بیدار می‌شود. این‌ها همه بدان معناست که او به مظاهر زندگی کودک حساس است؛ او مضطرب یا نگران نیست اما در حالت تعادل هوشیارانه است و نسبت به هر ارتباط مهمی که از کودک بروز یابد حساس است. به‌همین ترتیب، فرد می‌تواند نسبت به خودش حساس باشد. برای مثال، فرد از احساس خستگی یا افسردگیِ خودش آگاه است و به‌جای این‌که تسلیم آن احساس شود و با افکار افسرده‌کننده که همیشه در دسترس است این احساس را حمایت کند، از خود می‌پرسد: «چه شد؟» و «چرا افسرده‌ام؟» وقتی می‌بینیم آزرده یا عصبانی هستیم یا به خیالبافی یا دیگر فعالیت‌های واقع‌گریزانه گرایش داریم، همین کار را می‌توانیم انجام دهیم. در هر یک از موارد، آنچه مهم

است این است که از آن‌ها آگاه باشیم نه این‌که با هزار و یک راه متفاوت برای آن‌ها دلیل بتراشیم؛ دیگر نکته‌ی مهم این است که از ندای درونی خودمان که اغلب به‌صورت فوری به ما می‌گوید چرا مضطرب، افسرده، یا آزرده‌ایم، استقبال کنیم.

انسان عادی نسبت به فرایندهای بدنی خود حساسیت دارد. او متوجه تغییرات یا حتی اندکی درد می‌شود، تجربه‌ی این نوع حساسیت بدنی تا حدی راحت است چون اغلب افراد از این‌که سلامتی چگونه احساسی است تصویری در ذهن دارند. بروز همین حساسیت نسبت به فرایندهای روانی بسیار سخت‌تر است چون خیلی‌ها هرگز کسی را ندیده‌اند که کارامدی بهینه داشته باشد. آن‌ها کارکرد روانی والدین و بستگانشان یا هر گروه دیگری را که در آن متولد شده‌اند هنجار می‌دانند و تا زمانی که با این هنجارها فرق نداشته باشند احساس می‌کنند «عادی» هستند و به مشاهده‌ی چیز دیگری علاقه ندارند. برای مثال، خیلی‌ها هستند که هرگز یک آدمِ بامحبت یا کسی که صداقت، جرأت، یا تمرکز داشته باشد ندیده‌اند. پیداست که اگر کسی می‌خواهد نسبت به خودش حساس باشد باید از این‌که کارکرد سالم و کامل بشری چگونه است ـ و این‌که اگر چنین تجربه‌ای را در دوره‌ی کودکی یا بعدها نداشته، چگونه باید آن را به‌دست آورد ـ تصویری در ذهن داشته باشد. بی‌گمان این سؤال جواب ساده‌ای ندارد؛ ولی بر عامل مهمی در نظام آموزشی ما انگشت می‌گذارد.

وقتی دانش را آموزش می‌دهیم، از آن آموزشی که مهم‌ترین آموزش برای رشد بشر است غافل می‌شویم: آموزشی که فقط به‌وسیله‌ی حضور ساده‌ی یک انسان بالغ و بامحبت عملی شود. در دوره‌های قبلی فرهنگ خودمان، یا در چین یا هندوستان، کسی بالاترین ارزش را داشت که خصوصیات معنوی برجسته داشت. حتی معلم کسی نبود که فقط یا حتی در وهله‌ی اول، منبع اطلاعات باشد، بلکه کارکرد او این بود که رویه‌ها و نگرش‌های بشری خاصی را انتقال دهد. در جامعه‌ی سرمایه‌داری امروزی ــ و همچنین در جامعه‌ی کمونیستی به‌سبک شوروی ـ کسانی تحسین و ستایش می‌شوند و برای رقابت مدنظر قرار می‌گیرند که هر چیزی هستند جز حامل خصوصیات روحانی برجسته. این‌ها کسانی هستند که در اصل در مقابل دیدگان مردم هستند و حس رضایتمندی نیابتی به مردم عادی می‌دهند. ستارگان سینما، مجریان رادیو، ستون‌نویس‌های مطبوعات، بازرگانان یا دولتمردان سرشناس ـ این‌ها نمونه‌ها و الگوهای رقابت هستند. توانمندی اصلی آن‌ها برای داشتن این کارکرد غالباً این است که در خبرسازی موفق بوده‌اند. با وجود این، وضعیت به‌طور کامل ناامیدکننده نیست. اگر توجه کنیم که مردی مثل آلبرت شوایتزر می‌تواند در ایالات متحده مشهور شود، اگر تصور کنیم که چه کارها می‌توان کرد تا جوان‌هایمان را با شخصیت‌های زنده و تاریخی آشنا کنیم که نشان می‌دهند انسان به‌مثابه انسان نه به‌مثابه بازیگر (در معنای وسیع کلمه) به چه چیزها می‌تواند دست پیدا کند، اگر آثار

بزرگ ادبی و هنری همه‌ی اعصار را در نظر آوریم، به‌نظر می‌رسد این امکان وجود دارد که درباره‌ی کارکرد شایسته‌ی بشری و حساسیت به کارکرد غلط او به بینشی دست یابیم. اگر در زنده نگه داشتنِ یک بینش نسبت به زندگیِ بالغانه موفق نشویم، احتمال دارد کل سنت فرهنگی‌مان فروبپاشد. این سنت در وهله‌ی نخست بر انتقال انواع خاصی از خصایص بشری استوار است. اگر نسل‌های آینده، دیگر این خصیصه‌ی بشری را نبینند، یک فرهنگ پنج‌هزارساله فرو خواهد پاشید، حتی اگر دانشِ این فرهنگ منتقل شود و بیش از پیش توسعه پیدا کند.

تا این‌جا در مورد این‌که چه چیزی برای تمرین هر هنری لازم است بحث کرده‌ام. اینک به بحث در مورد خصوصیاتی می‌پردازم که در توانایی عشق ورزیدن اهمیت ویژه دارند. طبق آنچه درباره‌ی ماهیت عشق گفته‌اند، شرط اصلی برای دست یافتن به عشق، ***غلبه بر خودشیفتگی*** است. در جهت‌گیریِ مبتنی بر خودشیفتگی، فرد فقط چیزی را واقعی می‌داند که درون خودش وجود داشته باشد و پدیده‌های دنیای بیرون به‌خودی‌خود هیچ واقعیتی ندارند و فقط از این منظر ادراک می‌شوند که برای فرد، مفید یا خطرناک باشند. قطب مخالف خودشیفتگی، عینیت‌گرایی است. این قوه‌ی ذهنی که انسان‌ها و اشیا را *آن‌طور که هستند*، یعنی به‌صورت عینی ببینیم و قادر باشیم این تصویر ***عینی*** را از تصویری که به‌وسیله‌ی امیال و ترس‌هایمان شکل می‌گیرد جدا کنیم. انواع روان‌پریشی

نشان‌دهنده‌ی ناتوانی شدید در عینیت‌گرایی است. از نظر انسان روان‌پریش، تنها واقعیتی که وجود دارد واقعیت موجود در درون او و واقعیت ترس‌ها و امیال اوست. او دنیای بیرون را نمادهای دنیای درون خود و آفریده‌ی خود می‌داند. ما همه وقتی رؤیا می‌بینیم همین کار را می‌کنیم. در رؤیاهایمان رویدادهایی را تولید می‌کنیم و نمایشنامه‌هایی را روی صحنه می‌آوریم که مظهر آرزوها و ترس‌هایمان به‌شمار می‌آیند (هرچند گاهی مظهر بینش‌ها و نظرهایمان نیز هستند) و وقتی در خواب هستیم مطمئنیم که رؤیاهایمان به‌اندازه‌ی آنچه در بیداری ادراک می‌کنیم، واقعی است.

آدم دیوانه یا آدمی که رؤیا می‌بیند، از این‌که یک دیدگاه عینی نسبت به دنیای بیرون داشته باشد *کاملاً* باز می‌ماند؛ ولی همه‌ی ما کم‌وبیش دیوانه‌ایم یا کم‌وبیش در خوابیم؛ همه‌ی ما یک دیدگاه عینی نسبت به دنیا داریم، دیدگاهی که به‌وسیله‌ی جهت‌گیری مبتنی بر خودشیفتگی‌مان تعریف می‌شود. آیا لازم است مثال‌هایی بزنم؟ هر کس با مشاهده کردنِ خودش، همسایه‌اش، و با روزنامه خواندن می‌تواند این آدم‌ها را ببیند. فقط تعریف آن‌ها از واقعیت که بر خودشیفتگی مبتنی است فرق می‌کند. برای مثال خانمی به پزشک زنگ می‌زند و می‌گوید می‌خواهم همین امروز بعدازظهر به مطب شما بیایم. پزشک می‌گوید امروز بعدازظهر وقت ندارم، ولی می‌توانم فردا شما را بپذیرم. خانم جواب می‌دهد: «ولی دکتر، فقط پنج دقیقه طول می‌کشد تا من از منزلم به مطب شما برسم.» او

نمی‌تواند این مسأله را درک کند که نزدیک بودن مسافت محل زندگی او تا مطب پزشک باعث نمی‌شود در وقت **پزشک** صرفه‌جویی شود. او موقعیت را براساس دیدگاه مبتنی بر خودشیفتگی تجربه می‌کند: چون در وقت *او* صرفه‌جویی می‌شود پس در وقت **پزشک** نیز صرفه‌جویی می‌شود؛ از نظر او، تنها واقعیت، خودش است.

مواردی که شدت ــ یا شاید فقط وضوح ــ کمتری دارند تحریف‌هایی هستند که در روابط بین‌فردی شایعند. چه بسیار پدر و مادرهایی هستند که به‌جای این‌که احساس کودک را نسبت به خودش و نسبت به چیزی ادراک کنند یا حتی به آن علاقه نشان دهند، از این منظر به واکنش‌های بچه‌شان نگاه می‌کنند که او فرمان‌بردار است، آن‌ها را خوشحال می‌کند، آن‌ها را سرافراز می‌کند و... چه بسیار شوهرانی که تصویری که از همسرشان در ذهن دارند این است که او فرمان‌بردار باشد چون دلبستگی خودشان به مادر، آن‌ها را وادار می‌کند هر خواسته‌ای را محدودیتی برای آزادی‌شان تلقی کنند. چه بسیار زنانی که گمان می‌کنند شوهرشان بی‌عرضه یا احمق است چون این شوهران نتوانسته‌اند تصویر خیالی یک یا قهرمان برجسته را که زنانشان در کودکی در ذهن خود پرورانده‌اند تحقق بخشند.

فقدان عینیت‌گرایی در مورد ملل بیگانه به‌وفور دیده می‌شود. در عرض یک روز تشخیص می‌دهیم یک ملت، مظهر فساد و پلیدی است و ملت خودمان مظهر هر چیز خوب و متعالی. همه‌ی اعمال دشمن را

با یک معیار و همه‌ی اعمال خودمان را با معیار دیگری می‌سنجیم. هر عمل خوبی را که دشمن انجام داده باشد نشانه‌ی یک شرارت خاص تلقی می‌کنیم که قصد آن این بوده است که ما و جهانیان را فریب دهد، درحالی‌که اعمال بد ما به این سبب که در خدمت اهداف متعالی قرار دارد، لازم و موجه است. درواقع، اگر کسی روابط بین ملل و همچنین روابط بین افراد را بررسی کند به این نتیجه می‌رسد که عینیت‌گرایی در این روابط استثنایی است و درجات کمتر یا بیشترِ تحریفِ مبتنی بر خودشیفتگی، روال معمول است.

قوه‌ی ذهنیِ تفکر عینی، *عقل* است. ساحت هیجانی که در پشت عقل قرار دارد ساحت *فروتنی* است. عینیت‌گرایی و استفاده از عقل فقط درصورتی ممکن است که فرد به ساحت فروتنی رسیده باشد و از ساحت علم مطلق و قدرت مطلق خارج شده باشد.

از نظر مبحث تمرین هنر عشق ورزیدن، این بدان معناست که از آن‌جا که عشق به فقدانِ نسبیِ خودشیفتگی بستگی دارد، مستلزم رشد فروتنی، عینیت‌گرایی و عقل است. کل زندگی انسان باید وقف این هدف شود. فروتنی و عینیت‌گرایی، درست مثل عشق، تقسیم‌ناپذیرند. اگر من نتوانم دیدگاهی عینیت‌گرایانه نسبت به بیگانگان داشته باشم، نمی‌توانم به‌راستی عینی‌گرا باشم و برعکس. اگر من می‌خواهم هنر عشق ورزیدن را فرا بگیرم باید در هر موقعیتی برای عینیت‌گرایی تلاش کنم و نسبت به موقعیت‌هایی که در آن‌ها عینیت‌گرا نیستم حساس شوم. باید سعی کنم تفاوت قائل شوم بین

تصویر تحریف‌شده‌ای که من بر اساس خودشیفتگی‌ام از فلان‌کس و رفتار او در ذهن دارم و واقعیت آن فرد، آن‌گونه که هست، صرف‌نظر از علایق، نیازها و ترس‌هایم. کسب ظرفیتِ عینیت‌گرایی و عقل نیمی از راه دستیابی به هنر عشق ورزیدن است و باید در مورد همه‌ی کسانی که فرد با آن‌ها سروکار دارد کسب شود. اگر کسی می‌خواهد عینیت‌گرایی‌اش را برای معشوق نگه دارد و گمان کند می‌تواند در رابطه‌ی خود با دیگران، عینیت‌گرایی را کنار بگذارد، خیلی زود متوجه خواهد شد که هم در این‌جا و هم در آن‌جا شکست خواهد خورد.

توانایی عشق ورزیدن به ظرفیت فرد در خروج از ساحت خودشیفتگی و رهیدن از تثبیتِ بسیار نزدیک به مادر و قبیله بستگی دارد؛ به ظرفیت ما برای رشد کردن و رشدِ یک رویکرد ثمربخش در رابطه‌مان با دنیا و با خودمان بستگی دارد. این روند خروج، تولد و بیداری، یک شرط ضروری دارد و آن ایمان است.

ایمان چیست؟ آیا ایمان فقط و فقط باور به خدا یا به آموزه‌های دینی است؟ آیا ایمان همیشه در تقابل با عقل و تفکر عقلانی است یا از آن‌ها مجزاست؟ حتی وقتی می‌خواهیم مسأله‌ی ایمان را درک کنیم باید بین ***ایمان عقلانی*** و ***ایمان غیرعقلانی*** تمایز قائل شویم. منظور من از ایمان غیرعقلانی، اعتقاد (به یک فرد یا یک ایده) است که اساس آن، تسلیم در برابر یک قدرتِ غیرعقلانی است. درمقابل، ایمان عقلانی، اعتقاد راسخی است که در تجربه‌ی فکری یا احساسیِ خودِ فرد ریشه دارد. ایمان عقلانی در وهله‌ی نخست، ایمان به

چیزی نیست بلکه خصوصیت یقین و استواری اعتقاداتمان است. ایمان، یک خصیصه‌ی مَنِشی است که کل شخصیت را در بر می‌گیرد نه یک اعتقاد خاص را.

ایمان عقلانیِ در فعالیت عقلی و هیجانی ثمربخش ریشه دارد. در تفکر عقلانی که تصور می‌شود ایمان در آن جایی ندارد، ایمان عقلانی یک مؤلفه‌ی مهم است. برای مثال، دانشمند چگونه به یک کشف جدید می‌رسد؟ آیا بدون این‌که بینشی از آنچه می‌خواهد بیابد، شروع می‌کند به انجام یک آزمایش پس از آزمایش دیگر و جمع‌آوری داده‌ای پس از داده‌ی دیگر؟ با این روش، کشفِ واقعاً مهمی در هیچ زمینه‌ای به‌دست نیامده است. کسی هم فقط با دنبال کردن پندار و خیال خود به نتیجه‌ی مهمی نرسیده است. فرایند تفکر خلاق در هر زمینه‌ی تلاش بشری اغلب با چیزی شروع می‌شود که آن را می‌توان «بینش عقلانی» نامید و این خود نتیجه‌ی تفکر عمیق، مشاهده و مطالعات چشمگیر قبلی است. وقتی می‌توان گفت دانشمندی به یک فرضیه‌ی آزمایشی رسیده که او داده‌های کافی را جمع‌آوری کرده باشد، یا به یک فرمول ریاضی رسیده باشد تا بینش عقلانی‌اش را بسیار موجه کرده باشد. تحلیل دقیق فرضیه به‌منظور درک تبعات و الزامات آن و جمع‌آوری داده‌هایی که آن را تأیید کند، به یک فرضیه‌ی مناسب‌تر و درنهایت به الحاق آن در یک نظریه‌ی جهان‌شمول می‌انجامد.

تاریخ علم سرشار است از نمونه‌های بینش‌های مبتنی بر حقیقت و ایمان به عقل. کوپرنیک، کپلر، گالیله و نیوتن، همه مملو از ایمانِ

تزلزل‌ناپذیر به عقل بوده‌اند. به همین سبب بود که برونو[1] را در آتش سوزاندند و اسپینوزا[2] تکفیر شد. در هر مرحله، از شکل‌گیری یک بینش عقلانی تا شکل‌گیری یک نظریه، ***ایمان*** ضروری است: ایمان در بینش به‌عنوان هدفی که پیگیری آن هدفی عقلانی محسوب می‌شود، ایمان در فرضیه به‌عنوان گزاره‌ی احتمالی و قابل دفاع، و ایمان به‌نظریه‌ی نهایی، دست‌کم تا زمانی که یک اجماع کلی درباره‌ی اعتبار آن حاصل شده است. این ایمان در تجربه‌ی خود فرد، در اعتماد به قدرت فکری، مشاهده و قضاوت خود فرد ریشه دارد. ایمان غیرعقلانی یعنی پذیرشِ درست‌ترِ یک چیز فقط **چون‌که** یک مرجع قدرت یا اکثریت چنان می‌گویند. درحالی‌که ایمان عقلانی در یک اعتقادِ مستقلِ مبتنی بر مشاهده و تفکر ثمربخشِ خود فرد ***برخلاف*** نظر اکثریت ریشه دارد.

تفکر و قضاوت تنها حوزه‌های تجربه نیستند که ایمان عقلانی در آن‌ها ظاهر می‌شود. در قلمرو روابط انسانی، ایمان، یک خصوصیت تفکیک‌ناپذیرِ هر دوستی یا عشق مهم است. «ایمان داشتن» به دیگری به‌معنای یقین داشتن به اعتمادپذیری و تغییرناپذیریِ نگرش‌های بنیادی او، هسته‌ی شخصیت او و عشق اوست. منظور من این نیست که فرد دیدگاه‌هایش را عوض نمی‌کند بلکه منظورم

---

۱. *Giordano Bruno* (۱۵۴۸-۱۶۰۰)؛ کشیش، فیلسوف و کیهان‌شناس ایتالیایی. او به خاطر عقایدش که مخالف تعلیمات کلیسای کاتولیک بود به حکم دادگاه تفتیش عقاید و با موافقت پاپ کلمنت هشتم در شهر رم سوزانده شد. ـ م.

۲. *Baruch Spinoza* (۱۶۳۲-۱۶۷۷)؛ از خردگرایان فلسفه‌ی قرن هفدهم و زمینه‌ساز نقد مذهبی به‌شمار می‌رود. ـ م.

این است که انگیزه‌های بنیادی او عوض نشود؛ یعنی برای مثال، احترامی که برای منزلت بشری و حیات قائل است بخشی از خودش باشد نه این‌که تابع تغییر باشد.

در همین معنا، ما به خودمان ایمان داریم. ما از وجود یک خود، وجود یک هستی در شخصیتمان که تغییرناپذیر است و با وجود شرایط متغیر و صرف نظر از تغییرات خاصی که در نظرات و احساساتمان در طول زندگی پدید می‌آید، آگاه هستیم. همین هسته است که واقعیتِ پشتِ کلمه‌ی «من» را شکل می‌دهد و اعتقاد ما به هویت خودمان بر آن است. اگر ما به تداوم خودمان ایمان نداشته باشیم احساس هویتمان تهدید می‌شود و به دیگر کسانی وابسته می‌شویم که تأیید آن‌ها پایه و اساس احساس هویت ماست. فقط انسانی قادر است به دیگران ایمان داشته باشد که به خودش ایمان داشته باشد، چون فقط اوست که می‌تواند مطمئن باشد در آینده نیز مثل امروز خواهد بود. درنتیجه، او چنان احساس و عمل خواهد کرد که امروز انتظار دارد احساس کند. ایمان به خویشتن، شرط توانایی ما در قول دادن است و از آن‌جایی که همان‌طور که نیچه می‌گوید فرد را می‌توان از روی توان وی در قول دادن تعریف کرد، ایمان یکی از شروط وجود بشری است. آنچه در رابطه با عشق مهم است، ایمان به عشق خود است؛ ایمان به توانایی آن در ایجاد عشق در دیگران و در قابل اطمینان بودن آن.

معنای دیگر ایمان داشتن به یک فرد، ایمانی است که به توان‌های بالقوه‌ی دیگران داریم. ابتدایی‌ترین شکل این ایمان، ایمان مادر به نوزاد خود است. این‌که نوزاد زنده خواهد ماند، رشد خواهد کرد، راه خواهد رفت و حرف خواهد زد. با وجود این، رشد کودک از این نظر چنان منظم پیش می‌رود که به‌نظر می‌رسد لازم نیست برای این‌که آن را انتظار داشته باشیم ایمان لازم باشد. این با دیگر توان‌های بالقوه‌ای که می‌توانند از رشد بازبمانند فرق می‌کند، ازجمله توان‌های بالقوه‌ی کودک برای عشق ورزیدن، خوشبخت و شاد بودن، استفاده از عقل، و توان‌های بالقوه‌ی خاص‌تری مثل استعدادهای هنری. این‌ها بذرهایی هستند که درصورتی رشد می‌کنند و آشکار می‌شوند که بستر مناسب برای رشدشان فراهم شود؛ ولی اگر این بستر وجود نداشته باشد آن‌ها از رشد بازمی‌مانند.

یکی از مهم‌ترین عوامل شکل‌گیری چنین بستری، آن است که کسی که در زندگی نقش مهمی دارد، به این توان‌های بالقوه ایمان داشته باشد. وجود همین ایمان است که تفاوت بین تربیت و دخل و تصرف را نشان می‌دهد. تربیت یعنی کمک به بچه تا توان‌های بالقوه‌ی خود را تحقق بخشد و نقطه‌ی مقابل تربیت، دخل و تصرف است که بر پایه‌ی ایمان نداشتن به رشد توان‌های بالقوه است و بر پایه‌ی این اعتقاد راسخ است که یک بچه فقط در صورتی خوب خواهد بود که بزرگسالان هرچه را مطلوب است در او وارد کنند و

هرچه را که به‌نظر می‌رسد نامطلوب است، سرکوب کنند. آدم‌آهنی نیازی به ایمان ندارد چون حیاتی ندارد.

حد اعلای ایمان به دیگران، ایمان به *نوع بشر* است. در دنیای غرب، این ایمانَ با تغییرات دینی در دین یهود ـ مسیحی بیان شد و در حوزه‌ی دنیوی، قوی‌ترین مظهرِ آن در ایده‌های سیاسی و اجتماعی بشردوستانه در طول صدوپنجاه سال گذشته تجلی یافته است. مثل ایمان به بچه، این ایمان براساس این باور است که توان‌های بالقوه‌ی انسان چنان است که اگر در وضعیت مناسب قرار گیرد، انسان قادر خواهد بود یک نظم اجتماعی برقرار کند که بر پایه‌ی اصول برابری و عدالت و عشق اداره شود. انسان هنوز نتوانسته است چنین نظمی برقرار کند. بنابراین، اعتقاد راسخ به این‌که او می‌تواند چنین کند مستلزم ایمان است. اما مانند همه‌ی ایمان‌های عقلانی، این ایمان نیز خیال خام نیست، بلکه اساس آن شهادت حاصل از دستاوردهای قبلی در مورد نژاد بشر و تجربه‌ی درونی هر فرد است؛ بر تجربه‌ی خود فرد از عقل و عشق استوار است.

ایمان غیرعقلانی در تسلیم در برابر قدرتی ریشه دارد که آن‌طور که احساس می‌شود فوق‌العاده قدرتمند، دانای مطلق، و قادر مطلق است و در انکار قدرت و توان خود فرد ریشه دارد، درحالی‌که ایمان عقلانی تجربه‌ای است درست عکس این. ما به یک فکر، چنین ایمانی داریم، زیرا نتیجه‌ی مشاهده و تفکر خودمان است. ما به توان‌های بالقوه‌ی دیگران، خودمان و نوع بشر ایمان داریم زیرا، و فقط تا حدّی، رشد توان‌های

بالقوه‌ی خودمان، واقعیت رشد خودمـان، قـدرت نیـروی عقـل و قـدرت نیروی عشق را تجربه کرده‌ایم. ***اساس ایمـان عقلانـی، ثمربخـشی اسـت***؛ بـه وسیله‌ی ایمان زندگی کردن به‌معنـای زنـدگی کـردنِ ثمـربخش اسـت. نتیجه آن‌که باور به قدرت (در معنای سلطه) و استفاده از قدرت، نقطـه‌ی مقابل ایمان هستند. باور به قدرتی کـه وجـود دارد بـا ناباوری بـه رشـد توان‌های بالقوه‌ای که هنوز تحقق نیافته‌اند، یکی است؛ پیش‌بینـی کـردنِ آینده است فقط و فقط براساس حال. اما معلوم مـی‌شـود کـه ایـن بـاور، محاسبه‌ای غلط و خطایی فاحش است و به اعتبار بی‌تـوجهی‌ای کـه بـه توان‌های بالقوه‌ی بشری و رشد بشری می‌کند، بـسی غیرعقلانـی اسـت. هیچ ایمان عقلانی به قدرت وجود ندارد. قدرت با تسلیم و فرمـان‌بـرداری همراه است. از منظر کسانی که قدرت دارند با میل بـه حفـظ آن همـراه است. با این‌که از نظر خیلی‌ها قدرت گویا از هر چیز دیگر واقعی‌تر اسـت، تاریخ بشر ثابت کرده که قدرت از همـه‌ی دسـتاوردهای بـشر ناپایـدارتر است. از آن‌جا که ایمان و قـدرت بـا هـم تنـاقض دارنـد و بـا هـم جمـع نمی‌شوند، همه‌ی ادیان و نظام‌های سیاسی که در ابتدا بر ایمـان عقلانـی استوار شده‌اند، چنانچه بر قدرت تکیه کنند یا بـا آن متحـد شـوند فاسـد می‌شوند و در فرجام کار، توانی را که دارند از دست خواهندِ داد.

ایمان داشتن مستلزم ***شهامت***، توانایی دل به دریا زدن و آمادگی حتی برای پذیرفتن درد و ناامیدی است. هر کسی که در وهله‌ی اول بر ایمنـی و امنیت به‌عنوان شروط اصلی زندگی تأکید و پافشاری کنـد، نمـی‌توانـد ایمان داشته باشد؛ هر کسی که خود را در یک سـامانه‌ی دفـاعی کـه در

آن، وسیله‌ی امنیت او فاصله و مال است محبوس می‌کند، خود را زندانی می‌کند. دوست داشتن و دوست داشته شدن مستلزم شهامت است، جرأت این‌که ارزش‌های خاصی را بالاترین دغدغه‌مان بدانیم و در راه تحقق این ارزش‌ها دل به دریا بزنیم و خطر کنیم.

این شهامت با آن تهوری که لاف‌زن معروف، موسولینی، وقتی از شعار «زندگی با خطر» استفاده می‌کرد از آن سخن می‌گفت، فرق دارد. جرأت مورد نظر او، جرأت پوچ‌گرایی است. جرأتی است که در یک رویه و نگرش مخرب نسبت به زندگی، در تمایل به دور انداختن زندگی ریشه دارد، چون فرد قادر نیست زندگی را دوست بدارد. شهامت ناامیدانه، نقطه‌ی مقابل شهامت عشق‌ورزانه است، همان‌طور که ایمان به قدرت، نقطه‌ی مقابل ایمان به زندگی است.

آیا ایمان و شهامت را نیز باید تمرین کرد؟ درواقع، در هر لحظه می‌توان ایمان را تمرین کرد. بزرگ کردن بچه، ایمان می‌خواهد، به خواب رفتن ایمان می‌خواهد، هر کاری را شروع کردن ایمان می‌خواهد؛ ولی ما همه به داشتن این نوع ایمان عادت کرده‌ایم. هر کس ایمان نداشته باشد از نگرانی بیش از اندازه در مورد بچه‌اش، از بی‌خوابی و از ناتوانی در انجام هر نوع کار ثمربخش رنج می‌برد یا بدگمان می‌شود، از نزدیک شدن به دیگران خودداری می‌کند یا دچار خودبیمارانگاری می‌شود، یا قادر نیست هیچ برنامه‌ی درازمدتی را تنظیم کند. اصرار در نظر خود درباره‌ی کسی، حتی اگر افکار عمومی یا داده‌های پیش‌بینی‌نشده‌ای آن را به‌ظاهر از اعتبار بیندازد، اصرار بر اعتقادات

خود، حتی اگر آن‌ها طرفدار نداشته باشند ـ همه‌ی این‌ها ایمان و شهامت می‌خواهد. برای این‌که مشکلات و موانع و غم‌های زندگی را چالش‌هایی بدانیم که غلبه بر آن‌ها ما را قوی‌تر می‌کند نه تنبیه ناعادلانه‌ای که نباید در حق *ما* روا می‌شد، ایمان و شهامت لازم است.

تمرین ایمان و شهامت از جزئیات کوچک زندگی روزمره شروع می‌شود. اولین گام این است که ببینیم کی و کجا ایمان را از دست می‌دهیم، دلیل‌تراشی‌هایمان برای سرپوش گذاشتن بر این بی‌ایمانی را بررسی کنیم، تشخیص دهیم چه کارهایی را بزدلانه انجام داده‌ایم و چگونه دوباره برای آن‌ها دلیل‌تراشی کرده‌ایم. باید متوجه شویم هر بار که ایمان‌مان را از دست می‌دهیم ضعیف می‌شویم، و ضعف زیاد به ازدست دادن یک ایمان دیگر منجر می‌شود و این دور باطل همچنان ادامه می‌یابد. سپس متوجه می‌شویم ***هرچند خودآگاهانه از این‌که کسی به ما عشق نورزد می‌ترسیم، ولی ترس واقعی و البته ناخودآگاهانه معمولاً ترس از عشق ورزیدن است.*** عشق ورزیدن یعنی خود را بدون هیچ ضمانتی متعهد کردن، خود را به‌طور کامل تسلیم کردن به این امید که عشقمان در معشوق، عشق تولید خواهد کرد. عشق، عملی است مبتنی بر ایمان و هر کسی که ایمان اندکی داشته باشد عشق اندکی دارد. آیا می‌شود بیش از این در مورد تمرین عشق سخن بگوییم؟ یک نفر دیگر شاید بتواند، ولی من نه؛ اگر شاعر یا واعظ بودم شاید امتحانی می‌کردم ولی چون نه اینم نه آن، سعی می‌کنم بیشتر درباره‌ی تمرین عشق سخن بگویم. اما

مطمئنم هر کس که به‌راستی دغدغه دارد می‌تواند یاد بگیرد ایمان داشته باشد، همچنان که بچه یاد می‌گیرد راه برود.

یک رویه که نمی‌شود آن را از تمرین هنر عشق ورزیدن تفکیک کرد و تابه‌حال فقط به‌صورت غیرمستقیم و تلویحی از آن نام برده‌ایم و باید به‌صورت مستقیم و صریح به آن بپردازیم چون از مبانی تمرین عشق ورزیدن به‌شمار می‌آید، همانا ***فعالیت*** است. پیش از این گفته‌ام منظورم از فعالیت، «کاری را انجام دادن» نیست، بلکه یک فعالیت درونی، استفاده‌ی ثمربخش از قدرت‌های خویشتن است.. عشق، یک فعالیت است؛ اگر من عشق بورزم در یک حالت دائمی دغدغه‌ی فعال با معشوق هستم، خواه این معشوق مرد باشد خواه زن. چون اگر تنبل باشم، اگر در حالت دائمیِ آگاهی و هوشیاری و فعالیت نباشم، از برقراری رابطه‌ی فعالانه با معشوق ناتوان می‌شوم. خواب، تنها وضعیت مناسب برای عدم فعالیت است؛ حالت بیداری، حالتی است که تنبلی نباید در آن جای داشته باشد. امروزه وضعیت متناقض بسیاری از افراد چنین است که وقتی بیدارند نیمه‌خواب‌اند، وقتی خواب‌اند یا می‌خواهند بخوابند نیمه‌بیدارند. شرط ملول یا ملالت‌آور نبودن، بیداری کامل است و ملول یا ملالت‌آور نبودن از شرط‌های اصلی عشق ورزیدن است. فعال بودن در فکر، احساس، چشم، و گوش در طول روز، دوری از تنبلی درونی، دوری از حالت انفعال، اجتناب از انباشتن و احتکار، اجتناب از اتلاف وقت، شرط ضروریِ تمرین هنر عشق ورزیدن است. این خیال باطل است که باور داشته باشیم فرد می‌تواند زندگی را طوری تقسیم کند که در

حوزه‌ی عشق، ثمربخش باشد و در همه‌ی حوزه‌های دیگر، ثمربخش نباشد. ثمربخشی، اجازه‌ی این شیوه‌ی تقسیم کار را نمی‌دهد. ظرفیت عشق ورزیدن مستلزم شور و حرارت، بیداری، و سرزندگی فراوانی است که می‌تواند نتیجه‌ی جهت‌گیری ثمربخش و فعال در بسیاری از حوزه‌های دیگر زندگی باشد. اگر کسی در حوزه‌های دیگر ثمربخش نباشد در عشق نیز ثمربخش نخواهد بود.

بحث هنر عشق ورزیدن نمی‌تواند به حوزه‌ی شخصی کسب و پرورش آن خصوصیات و نگرش‌هایی محدود شود که در این فصل توصیف شده‌اند. نمی‌توان آن را از حوزه‌ی اجتماعی تفکیک کرد. اگر عشق ورزیدن به‌معنای داشتن نگرشی مبتنی بر عشق نسبت به همه است، اگر عشق، یک خصیصه‌ی مَنِشی است، بایسته است نه‌تنها در رابطه‌ی فرد با خانواده یا دوستان بلکه در رابطه‌ی او با کسانی که از طریق کار و تجارت یا حرفه با آن‌ها تماس دارد نیز وجود داشته باشد. نمی‌توان بین عشق به خود و بیگانگان، «تقسیم کار» کرد. درست برعکس، شرط وجود اولی، وجود دومی است. جدی گرفتن این بینش یعنی یک تغییرِ نسبتاً بنیادی در روابط اجتماعی. با این‌که درظاهر از آرمان دینی عشق ورزیدن به همسایه حمایت فراوان می‌کنیم، روابطمان در بهترین حالت درواقع بر مبنای اصل ***انصاف*** تعیین می‌شود. انصاف یعنی به‌کار نگرفتن فریب و حیله در تبادل کالاها و خدمات و در تبادل احساسات. شعار اخلاقی رایج در جامعه‌ی سرمایه‌داری که هم در مورد کالاهای مادی و هم در مورد

عشق به‌کار می‌رود این است: «من به تو همان مقدار می‌دهم که تو به من می‌دهی.» حتی می‌توان گفت رشد اخلاق مبتنی بر انصاف، یکی از کارکردهای اخلاقی ویژه‌ی جامعه‌ی سرمایه‌داری است.

دلایل آن در خودِ ماهیت جامعه‌ی سرمایه‌داری است. در جوامعِ پیش‌سرمایه‌داری، مبادله‌ی کالاها به‌وسیله‌ی نیروی مستقیم یا سنت یا علقه‌های فردیِ مبتنی بر عشق یا دوستی تعیین می‌شود. در سرمایه‌داری، عاملی که همه‌چیز را تعیین می‌کند مبادله در بازار است. چه با بازار کالا، یا بازار کار یا بازار خدمات معامله کنیم، هر فرد تحت قواعد بازار بدون استفاده از زور یا فریب باید چیزی بفروشد تا چیزی را تصاحب کند.

اخلاقِ مبتنی بر انصاف به‌راحتی با اخلاق قانون طلایی اشتباه گرفته می‌شود. سخن حکیمانه‌ی «با دیگران چنان کن که دوست داری با تو کنند» را می‌توان این‌گونه معنا کرد: «در مبادلاتت با دیگران منصف باش.» اما این سخن در اصل از روایت مشهورترِ آن در کتاب مقدس گرفته شده است: «به همسایه‌ات چنان عشق بورز که به خودت عشق می‌ورزی.» درواقع، هنجار یهودی ـ مسیحیِ عشق برادرانه، یکسره با اخلاقِ مبتنی بر انصاف متفاوت است. معنای این هنجار آن است که به همسایه‌ات عشق بورز؛ یعنی احساس کن در قبال او مسؤولی و با او یکی هستی. درحالی‌که اخلاقِ مبتنی بر انصاف به‌معنای این احساس مسؤولیت و یکی بودن *نیست*، بلکه به‌معنای دوری و جدایی است؛ به‌معنای احترام به حقوق همسایه است نه عشق ورزیدن

به همسایه. این‌که امروزه قانون طلایی، مشهورترین سخن حکیمانه‌ی دینی شده است، اتفاقی نیست. از آن‌جا که می‌توان آن را برحسب اخلاقِ مبتنی بر انصاف تفسیر کرد، سخن حکیمانه‌ی دینی است که هر کسی آن را می‌فهمد، مایل است آن را تمرین کند. اما تمرین عشق باید با تمایز قائل شدن بین انصاف و عشق شروع شود.

در این‌جا یک سؤال مهم مطرح می‌شود: اگر کل سازمان اجتماعی و اقتصادی ما بر این اساس استوار باشد که هر کسی در پی سود خود باشد، اگر اصل خودپسندی که فقط در چارچوب انصاف تعدیل شده این سازمان را اداره کند، چگونه فرد می‌تواند به کسب‌وکارش بپردازد، در چارچوب جامعه‌ی فعلی عمل کند و درعین‌حال، عشق را تمرین کند؟ آیا تمرین عشق مستلزم ترک همه‌ی دغدغه‌های دنیوی و مثل فقیرترین افراد زیستن نیست؟ راهبان مسیحی و کسانی مثل تولستوی، آلبرت شوایتزر و سیمون ویل، این سؤال را به شکل بنیادی مطرح کرده و به آن جواب داده‌اند. دیگرانی هم هستند که معتقدند عشق و زندگی مادی دنیوی در جامعه‌ی ما اساساً با هم ناسازگارند. این عده به این نتیجه می‌رسند که امروزه سخن گفتن از عشق فقط به‌معنای مشارکت در یک حلقه‌ی بازی عمومی است. آن‌ها ادعا می‌کنند فقط یک شهید یا آدم دیوانه می‌تواند در دنیای امروز عشق بورزد؛ و درنتیجه، همه‌ی مباحث مربوط به عشق چیزی نیست جز موعظه و سخنرانی، و همین دیدگاه محترمانه جان می‌دهد برای توجیه کردن بدبینی. مردم عادی که احساس می‌کنند «دوست دارند یک مسیحی خوب باشند ـ ولی اگر جداً

یک مسیحی خوب باشند مجبورند گرسنگی شدید بکشند یا از گرسنگی بمیرند»، به‌صورت تلویحی در این دیدگاه سهیم هستند. این «افراط‌گرایی» به پوچ‌گراییِ اخلاقی منجر می‌شود. هم «متفکران رادیکال» و هم مردمِ عادی، آدم‌آهنی‌های بی عشق هستند و تنها تفاوت بین آن‌ها این است که گروه دوم از آن خبر ندارد ولی گروه اول آن را می‌داند و به «ضرورت تاریخی» این واقعیت پی می‌برد.

اعتقاد راسخ من آن است که پاسخی که در سطور پیشین داده شد، یعنی ناسازگاری مطلق عشق و زندگی «عادی»، تنها در معنای انتزاعی آن صحیح است. *اصلی* که شالوده‌ی جامعه‌ی سرمایه‌داری را تشکیل می‌دهد و *اصل* عشق، با هم ناسازگارند. اگر به‌صورت ملموس و عینی به آن بنگریم می‌بینیم جامعه‌ی امروزی پدیده‌ای پیچیده است. برای مثال، کسی که می‌خواهد یک کالای به‌دردبخور را بفروشد، اگر دروغ نگوید نمی‌تواند کارکرد اقتصادی داشته باشد؛ ولی کارگر ماهر، شیمیدان یا پزشک، می‌تواند. به همین ترتیب، کشاورز، معلم و بسیاری از صاحبان دیگر مشاغل می‌توانند سعی کنند طعم عشق را بچشند بدون این‌که کارکرد اقتصادی‌شان متوقف شود. حتی اگر به ناسازگاری بین اصل سرمایه‌داری و اصل عشق پی ببریم باید اعتراف کنیم «سرمایه‌داری» بنا به ذات و ماهیتش یک ساختار پیچیده و همواره متغیر است که هنوز امکان ناهمرنگی با اجتماع و آزادی عمل فردی را تاحد زیادی فراهم می‌آورد.

با وجود این، با بیان این سخن نمی‌خواهم به‌طور تلویحی بگویم که می‌توانیم انتظار داشته باشیم نظام اجتماعی فعلی تا مدت نامعلومی

ادامه پیدا می‌کند و درعین‌حال امیدوار باشیم آرمان عشق برادرانه تحقق یابد. در چنین نظامی، کسانی که قادرند عشق بورزند لزوماً استثنا هستند؛ در جامعه‌ی امروزی غرب، عشق بنا به ضرورت یک پدیده‌ی حاشیه‌ای است، بیشتر نه به این دلیل که مشاغل متعدد اجازه‌ی یک رویه‌ی مبتنی بر عشق را نمی‌دهند، بلکه به این سبب که حال‌وهوای یک جامعه‌ی تولیدمحور و حریص به کالا چنان است که فقط کسی که همرنگ نیست می‌تواند در مقابل آن به‌طور موفقیت‌آمیزی از خودش دفاع کند. کسانی که دغدغه‌ی جدی آن‌ها عشق به‌عنوان تنها پاسخ اخلاقی به مسأله‌ی وجود بشر است، باید به این نتیجه برسند که اگر قرار است عشق یک پدیده‌ی اجتماعی و نه یک پدیده‌ی بسیار فردگرایانه و حاشیه‌ای شود، تغییرات مهم و بنیادین در ساختار اجتماعی ما ضروری هستند. در این کتاب فقط می‌توانیم به جهت چنین تغییراتی اشاره کنیم.[1] جامعه‌ی ما به وسیله‌ی دیوان‌سالاریِ مدیریتی و سیاستمداران حرفه‌ای مدیریت می‌شود؛ مردم با تلقین همگانی برانگیخته می‌شوند و هدفشان تولید بیشتر و مصرف بیشتر است. این‌ها به‌خودی‌خود هدف هستند نه این‌که هدفِ دیگری را دنبال کنند. همه‌ی فعالیت‌ها نسبت به اهداف اقتصادی در درجه‌ی دوم اهمیت قرار دارند، وسیله‌ها هدف شده‌اند؛ انسان، آدم‌آهنی‌ای شده است که خوب می‌خورد و خوب می‌پوشد ولی هیچ دغدغه‌ای برای آنچه خصوصیت و کارکرد خاص بشری است ندارد. اگر قرار است انسان

---

۱. در کتاب دیگرم به نام *جامعه‌ی سالم* تلاش کرده‌ام مفصل‌تر به این مسأله بپردازم.

قادر باشد عشق بورزد باید در جایگاه والای متعالی‌اش قرار بگیرد. ماشین اقتصادی باید در خدمت او باشد نه او در خدمت ماشین اقتصادی. باید قادر باشد تجربه را تقسیم کند، کار را تقسیم کند، نه این‌که در بهترین حالت، سودها را تقسیم کند. جامعه باید طوری سازماندهی شود که طبیعتِ اجتماعی و عشق‌ورزِ بشر از وجود اجتماعی‌اش جدا نشود، بلکه با آن یکی شود. همان‌طور که سعی کرده‌ام نشان دهم اگر این درست باشد که عشق تنها پاسخِ عاقلانه و رضایت‌بخش به مسأله‌ی وجودِ بشر است، پس در آن صورت، هر جامعه‌ای که رشد عشق را کم‌وبیش به حساب نیاورد و مستثنا کند، از تناقضی که در درازمدت در ضروریات اساسی طبیعت بشر به‌وجود می‌آید هلاک خواهد شد. درواقع، سخن گفتن از عشق، «موعظه» نیست به این دلیل ساده که معنای آن، سخن گفتن از نیازِ غایی و واقعیِ هر انسان است و این‌که این نیاز ابهام پیدا کرده است بدین معنا نیست که وجود ندارد. تحلیل ماهیت عشق یعنی پی بردن به فقدان عمومی آن در زمانه‌ی حاضر و انتقاد از اوضاع اجتماعی که مسؤول این فقدان است. ایمان داشتن به این‌که عشق می‌تواند نه‌تنها یک پدیده‌ی استثنایی- فردی بلکه یک پدیده‌ی اجتماعی نیز باشد، ایمانی عقلانی است بر اساس درکِ خودِ ماهیت بشر.

**پایان**

تعدادی از کتاب‌های پیشنهادی ما به شما




اگر خواهان دریافت کتاب‌های نسل نواندیش می‌باشید به نشانی:
تهران - صندوق پستی ۶۹۳۱-۱۹۳۹۵ نسل نواندیش مکاتبه کنید
و یا با شماره تلفن‌های ۹-۸۸۹۴۲۲۴۷ تماس بگیرید تا در اسرع
وقت لیست جدید کتاب‌ها همراه با اطلاعات کامل درباره‌ی آنها به صورت
رایگان برای شما ارسال گردد. و یا به سایت اینترنتی زیر مراجعه فرمایید:

WWW.naslenowandish.com
info@naslenowandish.com

منتظرتان هستیم

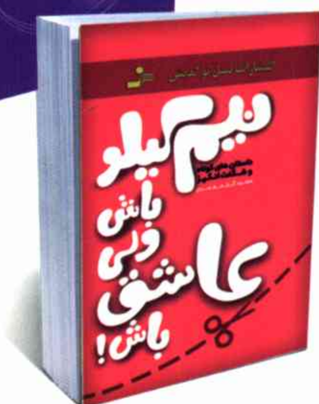


The Secret
دوهفته‌نامه


فاصله روانی در
زندگی زناشویی


انتشارات نسل نو اندیش
مریخی‌ها و ونوسی‌ها
در
ارتباط جنسی سالم
دکتر جان گری


فوت و فن‌های
نوازش


انتشارات نسل نو اندیش
نیم کیلو
باش
ولی
عاشق
باش!

# THE ART OF LOVING

## ERICH FROMM

خواندن این کتاب برای کسی که انتظار رهنمودهای ساده در باب هنر عشق ورزیدن را دارد مایه‌ی ناامیدی خواهد بود. درعوض، این کتاب می‌خواهد نشان دهد عشق، احساسی نیست که فرد صرف نظر از این‌که چقدر به بلوغ رسیده است، به آسانی بتواند به هر اندازه که می‌خواهد از آن بهره‌مند شود این کتاب می‌خواهد خواننده را متقاعد سازد که همه‌ی تلاش‌های وی برای رسیدن به عشق محکوم به شکست‌اند مگر این‌که او با تمام توان سعی کند کل شخصیت خود را رشد دهد تا به یک جهت‌گیری ثمربخش برسد؛ یعنی بدون توانایی در عشق ورزیدن به همسایه، بدون انسانیتِ راستین و جرأت و اعتقاد و انضباط نمی‌توان به رضایتمندی در عشق رسید. در فرهنگی که این خصوصیات در آن نادرند، دستیابی به توانایی عشق ورزیدن نیزدستاوردی نادر خواهد بود. هر کسی می‌تواند از خود بپرسد چند نفر را تا به حال دیده که به‌معنای واقعی عاشق بوده‌اند.






ISBN 964236511-1
9789642365111

www.naslenowandish.com
Email: info@naslenowandish.com
Tel: (+98-21)88942247-9

قیمت: ۷۹۰۰ تومان